\*Bu kitabın her hakkı saklıdır. Hangi amaçla olursa olsun, kitabın tamamının veya bir kısmının Millî Eği­tim Bakanlığı Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğünün yazılı izni olmadan kopya edil­mesi, fotoğraflarının çekilmesi, bilgisayar ortamına alınması, herhangi bir yolla çoğaltılması, yayımlan­ması veya başka bir amaçla kullanılması yasaktır. Bu yasağa uymayanlar, doğabilecek cezai sorumluluğu ve kitabın hazırlanmasındaki mali külfeti kabullenmiş sayılır.

\*Kitapta yer alan bölümlerdeki alanyazın ile ilgili kısımların sorumlulukları, ilgili bölüm yazarlarına aittir.

\*Bu yayın, UNICEF’in finansal desteği ile hazırlanmıştır. Bu yayının bölümlerdeki alanyazın ile ilgili kısım­ları tamamen yazarların, etkinlikler bölümü ise MEB Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlü­ğünün sorumluluğundadır. İfadeler UNICEF politikalarını ve görüşlerini yansıtmamaktadır.

Psikososyal

Destek Programı

CİNSEL İSTİSMAR

TRAVMASI

**DR. ÖĞR. ÜYESİ S. BARBAROS YALÇIN**

**PROF. DR. YASEMİN ÖZKAN**

**DR. ÖĞR. ÜYESİ ÇİLEM BİLGİNER**



ÖZEL EĞİTİM VE REHBERLİK HİZMETLERİ
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

unicef©





**ÖZEL EĞİTİM VE REHBERLİK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ**

Genel Yayın Yönetmeni

Celil GÜNGÖR

Editör

Prof. Dr. Mustafa BALOĞLU

Ertan GÖV

Proje Direktörü

Prof. Dr. Mustafa BALOĞLU

Bölüm Yazarları

Dr. Öğr. Üyesi S. Barbaros YALÇIN Prof. Dr. Yasemin ÖZKAN

Dr. Öğr. Üyesi Çilem BİLGİNER

Proje Ekibi

Prof. Dr. Mustafa BALOĞLU

Prof. Dr. Şahin KESİCİ

Prof. Dr. Mehmet AK

Prof. Dr. Metin PİŞKİN

Prof. Dr. Yusuf ADIGÜZEL

Prof. Dr. Yasemin ÖZKAN

Prof. Dr. Ahmet Zeki ÜNAL

Prof. Dr. İhsan ÇAPCIOĞLU

Prof. Dr. Üzeyir OK

Doç. Dr. Evrim ÖLÇER ÖZÜNEL

Doç. Dr. Mehmet MURAT

Doç. Dr. Müdriye BIÇAKCI

Doç. Dr. Seray OLÇAY GÜL

Dr. Öğr. Üyesi Rukiye ŞAHİN

Dr. Öğr. Üyesi S. Barbaros YALÇIN

Dr. Öğr. Üyesi Çilem BİLGİNER Dr. Kasım KARATAŞ

Dr. Hülya YÜREKLİ

Genel Müdürlük Proje Ekibi

Şeyma AKKURT

Sinan AKSOY

Dr. Mehmet AYSOY

Büşra Şeyma BİÇEN KARTAL

Gonca ÇAKIR BOZDEMİR

Gizem MURATLIOĞLU ERDAĞ

Fatma ÖZLEM ÖZKAN

Banu TUNCER

Metin Kontrol

Zeynep ASLAN BAYRAM

Tashih

Çağrı GÜREL

Grafik-Tasarım

Tavoos

Baskı ve Cilt

Teknik Tanıtım Matbaa Mak. San. ve

Tic. Ltd. Şti.

Yenimahalle/Ankara

ISBN

978-975-11-4816-2 (Takım)

978-975-11-4820-9

Sıra No: 4

Dizi Yayın No: 6916

Tanıtıcı Yayınlar Dizi No: 123

Katkı Sağlayanlar

Hakan ACAR

Mustafa Erman AKÇAKMAK Şerife AKDAĞ

Alparslan AKDOĞAN

Oğuz AKKAYA Hülya AKMAN Süleyman Hilmi ALKAN Serpil ALTUNCU VAROL Fatih ARICA

Rümeysa ARSLAN Abdulkadir ATLAY Emine ATLAY

Gökay ATILGAN

Yusuf Oktay ATILGAN Kıymet AYDOĞDU Hatice BERK

Zeynep BİTER

Aykut BORA

Nagehan BOZKURT Tuğba BUKİŞ DİNÇER Emel BULUT

Abdullah BURAK Mukadder BÜYÜKESKİL Ayla BÜYÜMEZ

Teoman CAN

Serkan ÇAĞLI

Naciye ÇAVUŞ KASİK Oğuzhan ÇELİK

Ayşe ÇETİN Hasan ÇETİN Duygu ÇABUK Rahmi DANİŞMENT Kuaybe Nagehan DEMİRAL Gözde DEMİRAY

Esra DİLİÇIKIK Bozan DOĞAN Filiz DOĞAN Gülay DOĞAN Fatma DÖLEN Necmettin DURAK Yusuf DURMAZ Asiye DURSUN Elif DURSUN Mustafa ELMALI Hayriye ERÇETİN Mehmet ERÇEVİK Ersin ERDOĞAN Mehmet Emin EREN Emine EROL

Muhammed GÖKÇE Sultan GÖKER TAŞ

Bülent GÖKMEN Oğuz GÖKMEN Ebru GÖKTEPE Birgül GÜLDURU Adem HAS Başak IŞIL IŞIK Mustafa İŞLEK Nehir KALE Fikret KAPLAN Neşe KAPTAN GÜRSOY Murat KARADUMAN Muhammet Ali KARTAL Gökçen KILIÇ ÖZBAY Mahmut KURNAZ Süleyman KURNAZ Sevgi MANDAN Güneş NAZİK

Pınar OCAK OVALIOĞLU Dilek OLUKLU

Hülya ÖCAL Demet ÖZCAN GÜZGÜN Özlem ÖZKAN YAŞARAN Lidya PASLANMAZ Gani PEKER Zeki SAĞ

Eser SANDIKÇI Naciye SARI Gökhan SEZER Burak ŞAHİN Figen ŞAHİN Rıdvan ŞAHİN Cihan ŞEN Yasin ŞEN Seda TAN

Dr. Bilge TAŞKİREÇ Gökhan TAZE Murat TEMİZ

Başak TOHUMCU Gülten Gaye TOPAL Kenan TURAN Ayşe TÜREL KIRDÖK Ahmet ÜNLÜ Orhan VERGİLİ Seda YANIK

Ayşegül YAMAN KOSDİK Yusuf YAMAKOĞLU Selcan YILDIRIM Uğur YILDIRIM Rukiye YILMAZ Şefika YILMAZOĞLU Mehmet YİRÇİ

İÇİNDEKİLER

ÖN SÖZ 9

ÇOCUK VE ERGENLERDE CİNSEL EĞİTİM 13

Okul Öncesi ve Orta Çocukluk Döneminde Cinsel Eğitim 17

[Ön Ergenlik ve Ergenlik Dönemlerinde Cinsel Eğitim 20](#bookmark8)

CİNSEL İSTİSMAR SONRASI PSİKOLOJİK

GÜÇLENDİRME VE DESTEK 25

[Cinsel İstismarın Çocuk Üzerindeki Etkileri 29](#bookmark10)

Cinsel İstismarın Belirlenmesi ve Cinsel İstismara

Uğramış Çocuk ile Görüşme 31

Uzun Bir Süreçte Cinsel İstismara Uğramış

Bir Çocuğa Nasıl Davranmalıyız? 35

[KAYNAKÇA 39](#bookmark18)

[CİNSEL İSTİSMAR TRAVMASI ÖNLEYİCİ ETKİNLİKLERİ 43](#bookmark20)

[CİNSEL İSTİSMAR TRAVMASI GÜÇLENDİRİCİ ETKİNLİKLERİ 133](#bookmark407)

PSİKOSOSYAL DESTEK PROGRAMI ISINMA ETKİNLİKLERİ 155

**ÖN SÖZ**





Bilindiği üzere ülkemiz 17 Ağustos ve 12 Kasım 1999 depremleri ile sarsılmış ve birçoğumuzun yaşamı önemli ölçüde değişmiştir. Bu bağ­lamda psikososyal müdahale hizmetlerine ihtiyaç duyulmuştur. Bu kap­samda, deprem, sel, kaza gibi toplumsal travmatik sonuçları olan olaylar­da kullanılan “Psikososyal Destek Programları” geliştirilmiştir.

2001 yılında geliştirilen ve yıllardır kullanılan psikososyal destek programlarının program içerikleri ve teknikleri; toplumsal, kültürel ve teknolojik değişikliklere paralel bir biçimde yenilenmediği için uygula­ma sürecindeki uyarlamalar, eğitimci/uygulayıcının kişisel danışmanlık becerileri ile sınırlı kalmıştır. Doğal afet yaşamış gruplarla gerçekleştirilen çalışmaların yanı sıra terör, göç, intihar, ölüm-yas, cinsel istismar durum­ları için de programların kapsamının genişletilerek yenilenmesine ihtiyaç duyulmuştur.

Disiplinler arası bir yaklaşımla mevcut programların zenginleştiril­mesi, kültürel bağlama daha duyarlı ve tutarlı hâle getirilmesi gereğinden yola çıkılarak, toplumun kültürel özellikleri ve hassasiyetleri gözetilerek, sosyal destek sistemlerini harekete geçirebilecek biçimde yeniden yapı­landırılması amaçlanmıştır. Buna ek olarak çocukların yaşlarını ve gelişim dönemi özelliklerini dikkate alan ayrıca özel eğitim ihtiyacı olan bireylere yönelik etkinliklerin ve uyarlamaların da yer aldığı bir programa ve izleme değerlendirme mekanizmalarının oluşturulmasına ihtiyaç duyulmuştur.

Bu doğrultuda, Millî Eğitim Bakanlığı ve UNICEF iş birliği ile 2001 yı­lında hazırlanan ve hâlen uygulanmakta olan programların yenilenmesini

ve yaygınlaştırılmasını sağlamak amacıyla Kasım 2017’de Psikososyal Des­tek Programlarının Yenilenmesi Projesi başlatılmıştır. Proje kapsamında çalışmalar; planlama toplantıları, bölgesel odak grup çalıştayları, mevzuat çalıştayı, içerik hazırlama çalıştayları, pilotlama çalışmaları ve değerlendir­me çalıştayı şeklinde gerçekleştirilmiştir.

Titizlikle yürütülen çalışmalar sonucunda bir önleyici destek kitabı ve altı güçlendirici destek kitabı olmak üzere toplam yedi kitap hazırlan­mıştır. Önleyici destek kitabı, tüm travma türlerine yönelik teorik bölüm ve etkinliklerden oluşmuştur. Güçlendirici destek kitapları ise altı farklı travma türüne yönelik, altı ayrı kitapta yer alan teorik bölümler ve etkin­liklerden oluşmuştur. Bu kitaplardaki travma türleri; “doğal afet, ölüm-yas, intihar, cinsel istismar, terör ve göç”tür. Güçlendirici destek kitaplarının her birinde ilgili travma türüne yönelik daha kapsamlı bir teorik bölüm ile önleyici ve güçlendirici etkinlikler yer almaktadır. Önleyici destek kita­bında yer alan etkinliklere ek olarak güçlendirici destek kitaplarında da önleyici etkinliklere yer verilmiştir. Bu etkinlikler, uygulayıcının görev yerin­deki bölgesel özellikler, dinamikler, ihtiyaçlar göz önünde bulundurularak uygulanması için hazırlanmıştır. Güçlendirici etkinlikler ise kişilerin duy­gularını ifade etmelerine, travmatik olay sonrası oluşabilecek stres tepki­lerini anlamlandırmalarına ve normalleştirmelerine, olumlu başa çıkma yöntemlerini kullanmalarına destek olmak amacıyla hazırlanmıştır.

Cinsel istismar travmasını ele alan bu kitapta, teorik bölüme ek ola­rak on dokuz önleyici, beş güçlendirici olmak üzere toplam yirmi dört et­kinlik yer almaktadır. Ayrıca kullanılması zorunlu olmayan, uygulayıcının gerekli gördüğü durumlarda uygulayabileceği on üç adet ısınma etkinli­ğine de yer verilmiştir.

Travma konusunda sahada yürütülen çalışmalara destek sağlaya­cak bu programın hazırlanmasında emeği geçen akademisyenlere, Genel Müdürlük personelimize ve proje sürecinde katkılarını esirgemeyen de­ğerli öğretmenlerimize teşekkür ediyor, Psikososyal Destek Programı’nın öğrencilerimize, ailelerimize, öğretmenlerimize ve vatandaşlarımıza ya­rarlı olmasını temenni ediyorum.

Celil GÜNGÖR

Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürü

**ÇOCUK VE ERGENLERDE CİNSEL EĞİTİM**





Cinsellik, birçok toplumda üstünde konuşulması güç bir tabu olarak karşımıza çıkmaktadır. Okul öncesi çocukluk döneminde şekillenmeye başlayan cinsel içerikli sorulara yetişkinler tarafından yeterli yanıtlar ve­rilmediği takdirde, çocuklar bu soru işaretlerine yönelik kendi öykülerini üretebilirler (Davies ve Robinson, 2010; Robinson, 2008). Öyle ki çocuklar kendi ürettikleri bu öykülerden korkabilir, kafaları daha da karışabilir ve sonuçta cinsellik hakkında konuşmaktan tümüyle kaçınabilirler. Oysa gü­nümüzün değişen sosyokültürel yapısı içinde çocuklar, arkadaşlarından ya da radyo, televizyon veya mobil iletişim cihazları gibi araçlar ile tüm dünyadan doğru bilgiye ek olarak hatalı/yanlı bilgilere de kolayca ulaşabil­mektedir. Cinsel uyaranlar ile dolu bu dünyada erken çocukluk dönemin­den itibaren sunulan cinsel eğitim, çocuklarla cinsel istismar hakkında konuşmaya, istismarı bildirmeye ve önlemeye yardımcı olacaktır.

Cinsel eğitim; yaşam boyu süren, cinsel roller, kişiler arası ilişkiler, sevgi, mahremiyet, beden algısı ve üreme sağlığı konularında bilgilendir­meyi içeren ve bu bağlamda kişilerin tutumlarını, inançlarını ve değerle­rini şekillendiren dinamik bir eğitim sürecidir (SIECUS, 2017). Çocuklara yönelik cinsel eğitim için en uygun yaşın ne olduğu, eğitim içinde hangi bilgilerin yer alması gerektiği ve bu bilgiyi kimin paylaşması gerektiği ko­nusunda yoğun tartışmalar mevcuttur. Ancak çocuk ile cinsellik hakkın­da konuşmak için “çok erken” olarak tanımlanabilecek bir dönem yoktur. Cinsellik, çocuk büyüdükçe evrimleşen, kendi içinde değişkenlik gösteren bir sohbet konusudur.

Cinsel eğitim, 20. yüzyılda Amerikan eğitim müfredatının önemli bir parçası hâline gelmiştir (Ponzetti, 2016). Türkiye’de ise cinsel gelişim ve cinsel eğitimden bahseden çalışmalar 1980 sonrası ortaya çıkmaya baş­lamıştır (Kürtüncü ve diğ., 2015). Ulusal düzeyde cinsel eğitime ilişkin ilk proje Millî Eğitim Bakanlığının Sağlık İdaresi Daire Başkanlığı tarafından yürütülmüştür. Bu proje ile 1994 yılında, ekipler oluşturularak ergenlik dö­nemindeki değişiklikler hakkında öğrencilere bilgiler verilmiştir. Ardından 2000 yılında bu projenin devamı niteliğinde, İstanbul’daki pilot okullarda ilk “cinsel eğitim” dersi verilmeye başlanmıştır. Ancak bu uygulama uzun süre yürürlükte kalamamıştır (Çalışandemir ve diğ., 2008). Cinsel eğitime ilişkin, okul öncesi eğitim müfredatında hâlen bir uygulama yer almamak­tadır. Kadın ve erkek üreme sistemine ilişkin dersler ise ilk olarak yedinci sınıfta öğrencilere verilmektedir (MEB, 2017).

Bir çocuğun kendi davranışlarını ya da kendine yönelik gerçekle­şen davranışları iyi ya da kötü olarak niteleyebilmesi için öncelikli olarak “normal” kabul edilen davranışı öğrenmesi gerekir. Çocukları kendilerine yönelik cinsel davranışlardan koruyabilmek için onları yaşa uygun cinsel bilgiler ve cinsel istismar hakkında eğitmek oldukça önemlidir. Çocukların cinsel eğitiminde; bakım verenler, öğretmenler, akranlar, yakınlar, medya ve popüler kültür, istemli ya da istemsiz olarak önemli rol üstlenir (Kür- tüncü ve diğ., 2015; Robinson ve Davies, 2017). Özellikle ergenlik öncesin­den itibaren okullarda sunulan cinsel eğitim programlarının riskli cinsel davranışları, cinsel ilişki ve gebelik oranlarını azalttığı yönündeki veriler, bu eğitimlerin okullarda verilmesini arttırmıştır (Ponzetti, 2016). Çocukların sağlıklı cinsel gelişimini desteklemek için olumlu kaynağa ihtiyacı vardır. Ayrıca toplumun, farklı cinsel gelişim basamaklarındaki çocuklardan bek­lenen cinsel davranışlar ve çocukların edinmesi gereken bilgiler konusun­da farkındalığa ihtiyacı vardır.

Okul öncesi dönemde; çocukların merak arayışı, kişiler arası sınırları test etme arzusu ve durumsal faktörler gibi etmenlerin cinsel davranışların temelini oluşturduğu belirtilmektedir. Çocukların yaşa özgü cinsel oyun davranışları ile problemli cinsel davranışlarını ayırmak için bu davranışa dâhil olan çocuklar arasındaki yaş farkı, cüsse ve statü farkı, eylemin tipi ve eyleme ilişkin duygusal atıf, eylemin sıklığı, yoğunluğu ve eyleme eşlik eden zorlama, güç kullanma ya da tehdittin şiddeti gibi etmenlerin de­ğerlendirilmesi gerekmektedir (Heiman ve diğ., 1998). Ancak bu tür davra­nışlar, yetişkinlerce incelenmesi ve klinik olarak değerlendirilmesi gereken durumlardır. Çünkü cinsel istismar mağduru çocukların diğer akranlarına göre daha sık cinsel davranış gösterebildiği tanımlamıştır (Bobier ve Mar­tin, 2016; Heiman ve diğ., 1998). Sonuç olarak, cinsel davranışlarda bulu­nan çocukların istismar mağduru olup olmadığına ilişkin şüphelenmeye ek olarak yaş ve gelişim düzeyinden beklenen cinsel davranışların neler olabileceği ve cinsel eylemin niteliksel özelliklerine göre oyun davranışı açısından irdelenmesi ve buna göre bir yaklaşımda bulunulması çocuğun sağlıklı cinsel gelişimi için oldukça önemlidir.

Ergenlik dönemindeki bireylerin cinsel davranışlarını belirleyen önemli etmenlerden biri, aile içinde cinsellik hakkında konuşabilmektir. Evde cinsel eğitim almış çocukların cinsel anlamda daha az riskli davra­nışlar sergilediği gösterilmiştir (Robinson ve Davies, 2017). Diğer yandan aileler de çocukları ile bu konularda konuşabilmek istemektedir. Ancak ai­lelerin çocukları ile cinsellik üzerine konuşabilmek için yeterli bir beceriye veya bilgiye sahip olmadıklarını düşündükleri ayrıca bu konularda konuş­makta kendilerini utanmış ve rahatsız hissettikleri gösterilmiştir (Turnbull, 2011). Ailelerin deneyimlerine ilişkin bir diğer bulgu ise cinsel eğitim konu­sunda olumlu çocukluk deneyimleri olan yetişkinlerin kendi çocukları ile daha açık ve rahat bir havada iletişim kurabildiğidir (Walker, 2001). Ayrıca cinsellik hakkında nasıl konuşabileceğini araştıran ve kendi bilgisini yan- sıtabilen ebeveynlerin çocukluk deneyimlerinden bağımsız şekilde rahat bir iletişim kurabildiği de gösterilmiştir (Dyson ve Smith, 2012). Tüm bu veriler, geleceğin ebeveynleri konumundaki çocuk ve gençlerin aile içinde ya da eğitim yaşantıları içinde cinsel eğitim almalarının gerekliliğini ve önemini ortaya çıkarmaktadır. Bu eğitimler planlanırken yaşa, gelişimsel ve kültürel özelliklere göre bir yapılandırma gerekmektedir. Bölümün bu kısmında “normal” gelişim gösteren bir çocukta yaşa özgü ulaşılması he­deflenen cinsel bilgi düzeyi ve bu bilgiye ulaşma yöntemleri aktarılacaktır.

Okul Öncesi ve Orta Çocukluk Döneminde Cinsel Eğitim

Küçük çocuklar ile cinsellik hakkında konuşmayı başlatmak ya da sordukları ile aslında neyi öğrenmek istediğini anlamak için ilk yapılma­sı gereken bu konuda onun ne bildiğini öğrenmektir. Ardından, çocuğun önceden bildikleri ya da öğrendikleri arasında hatalı/yanlış bölümleri, doğ­ruları ile değiştirmek hedeflenmelidir. Son olarak bu sohbetler, ailevi ve kül­türel değer yargılarını paylaşmak için bir fırsata dönüştürülmelidir. Doğum­dan itibaren ön ergenlik olarak kabul edilebilecek 9-11 yaş aralığına kadar olan evrede çocuklara öncelikli olarak cinsiyetini tanıtma, ardından beden bölgelerini adlandırma ve mahremiyete ilişkin bilgilendirmede bulunma hedeflenir. Okul öncesi çocuklarda cinsel istismardan korunma eğitimi, cinsel eğitimin ayrılmaz bir parçasıdır. Ayrıca bu yaş grubundaki çocuklara basamaklı olarak üreme ve doğum hakkında da bilgilendirme yapılmalıdır (Alberta Health Services 2009, Bayrak ve diğ., 2011; Bilginer, 2018).

Her sağlıklı çocuğun biyolojik olarak sahip olduğu bir cinsiyeti mev­cuttur. Yaşamın ilk yıllarında çocuklar için her konuda birincil eğiticiler anne babalar veya bakım verenlerdir. Çocuk iki yaşına ulaştığında bez de­ğiştirme, banyo yaptırma ve üst değiştirme gibi fırsatları kullanarak beden bölgelerini tanıtmak gereklidir. Bu sırada doğru anatomik isimleri kullan­mak hem çocuğun bu kelimeleri öğrenmesine hem de bu kelimeleri kul­lanmasına yardımcı olacaktır. Ancak çocuklara, cinsel bölgelerin anato­mik isimlerini öğretme ile ilgili tartışmalar vardır. Buna rağmen doğru ter­minoloji kullanımı, çocukların kendilerine yönelik cinsel istismar eylemini yetişkinlere veya ebeveynlerine bildirmek adına en iyi yardımcı araç gibi görünmektedir (Bobier ve Martin, 2016).

Ülkemizde ebeveynlerin büyük oranda çocuklarına cinsel bilgi ver­meden önce kendilerine soru sorulmasını beklediği gösterilmiştir (Kür- tüncü ve diğ., 2015; Göçgeldi ve diğ., 2007). Oysa çalışmalar, ebeveynlerin insan anatomisi ile ilgili bilgi vermeyi okul öncesi dönemde başlatması gerektiğini, 2 yaş ve sonrasındaki çocuğun bu konuda soru sormasını bek­lemeden bilgilendirmelere geçilmesi gerektiğini göstermektedir (Cap- pello, 2001). Cinsel merakın giderek arttığı, “Bu ne?” ya da “Neden?” şeklin­deki soruların sıklaştığı 2-3 yaş arasındaki çocuklarda kendi bedenleri ve diğer çocukların bedenlerini keşfe yönelik davranışlar gözlenebilir. Çocu­ğun kendi cinsiyetini tanımaya yönelik davranışları bazen cinsel organı­nı inceleme, gösterme ve dokunma gibi davranışlara dönüşebilir. Bu tür durumlarda çocuğa karşı ağır cezalar uygulamak ya da korkutucu olmak yerine mevcut durumu bir fırsata çevirmek ve çocuğun seviyesine göre konuşmak uygun olacaktır. Bu yaşlarda beden bölgelerini tanıtırken her bölgenin farklı bir ismi ve işlevi olduğu yönünde bir açıklamada bulun­mak, hem çocuğun farklılıkları ayırt edebilmesine hem de kolay kavraya­bilmesine yardımcı olacaktır.

Çocuk, 4-5 yaşına ulaştığında artık bebeklerin nereden geldiği ile il­gili sorular yöneltmeye başlar. Eğer 5 yaşındaki bir çocuk bu yönde bir soru

dile getirmiyorsa anne baba veya bakım verenlerin konuyu gündeme ge­tirmesi beklenir. Böylece çocuğun yanlış bilgi edinmesi engellenmiş olur. Konuyu açmayan çocuklar için doğru anı yakalamak ve konuyu açmak hem çocuğun ilgisini çekebilmek hem de dikkatini sürdürebilmek için fır­sat oluşturur. Örneğin televizyon programında hamilelik ve doğum ile ilgi­li bir konu tartışılırken çocuğa yöneltilen “Hamilelik hakkında konuşuluyor, bu konuda neler biliyorsun?” şekilde bir soru, konuyu açmak için uygun bir başlangıç olabilir. Benzer şekilde çocuk hamile bir kadın gördüğünde, “Burada bebek var, bebeğin oraya nasıl girdiğini biliyor musun?” sorusu ya da uygun bir anda örneğin kitap okurken metin içinde geçen "... doğmuş.” gibi bir cümlenin ardından “Senin nasıl doğduğunu, nereden geldiğini hiç merak ettin mi?” şeklinde sorular konuyu başlatmak için uygun olabilir. Bunun yanında çocuk ile hamilelik ve doğum ile ilgili yaşa uygun kitaplar okumak, ebeveyne kolaylık sağlayan uygun bir yöntem olabilir. Bu yaşta­ki çocuklar; bebeklerin, annelerinin uterusunda büyüdüğünü ve bebeğin oluşması için anne ve babadan gelen küçük parçaların birleşmesi gerek­tiğini anlayabilir. Bu aşamada “Babanın, minik bir tohuma benzeyen sper­mi ile annenin, minik bir yumurtaya benzeyen ovumu birleştikten sonra bebek, annenin uterusunda onun için özel olarak hazırlanmış, su dolu bir yatakta büyümeye başlar.” cümlesi uygun ve yeterli bir açıklama olabilir. Bu yapıları çocuk için görsel hâle getirmek ya da çocuklar için hazırlanmış kitaplar ve benzeri görsel materyaller kullanmak sohbet sırasında yardım­cı olacaktır. Öte yandan çocuğun, anlatılanlardan ne anladığını öğrenebil­mek, yanlış anlaşılmaların ve olası fantastik senaryoların önüne geçmek adına “Şimdi neler düşünüyorsun?” şeklinde bir soru yerinde olacaktır.

Eğer çocuk, “Ben nereden geldim?” şeklinde bir soru ile cinsel sohbeti kendisi açıyorsa öncelikli olarak ne sormak istediğini ya da neyi öğrenmek istediğini net bir biçimde anlamak gerekir. Bu amaçla “Sen neler düşünü­yorsun?” şeklinde yansıtıcı bir cümle uygun bir soru olacaktır. Çocuğun ya­şına göre “Bebekler annelerinin karnında uterus adı verilen özel bir yerde büyürler, sen de annenin uterusunda büyüdün.” gibi basit bir açıklama ye­terli olabilir. Eğer çocuk, “Bebekler oradan nasıl çıkar ya da bebek nereden çıkacak?” gibi bir soru yöneltirse “Bebekler yeterince büyüyüp uterustaki büyümelerini tamamladıklarında vajina adı verilen bir kanaldan geçerek dünyaya gelir?” şeklinde bir açıklama uygun olacaktır. Bu aşamada, ebevey­nlerin önceden izlediği ve çocuğun anlamasını kolaylaştırabilecek hayvan belgeselleri de yardımcı materyaller olarak kullanılabilir.

Çocuğun yaşı ilerledikçe cinsel içerikli soruların niteliği de “Bebek uterusa nasıl girdi?” şeklinde değişecektir. Bu durumda önce çocuğa ne düşündüğü ile ilgili bir soru sormak, ne bildiğini öğrenmek en uygun yol­dur. Böylece çocuğun hatalı öğrenmiş olabileceği bilgileri ya da kendi senaryolarına ilişkin bilgileri kendi ağzından öğrenmek ve doğruları ile düzeltmek mümkün olacaktır. Ardından ebeveynin konuşurken kendi­ni rahat hissettiği, mümkün olan en fazla bilgiyi çocuğu ile paylaşması beklenir. Eğer bebek oluşumu ve uterusta geçirdiği büyüme süreci ya da doğum hakkında daha önceden bilgi verilmişse, ufak bir hatırlatma ile konuya başlanabilir. Çocuğun cinsel birlikteliği öğrenmeye ilişkin sorula­rını “Büyüdüğün zaman konuşuruz.” ya da “Zamanı gelince öğrenirsin.” gibi ötelemek yerine o anda mümkün olan en basit hâli ile yanıtlamak en doğru yaklaşımdır. Bu aşamada ailevi değer yargılarına da yer verilebilir. Örneğin “Bir bebeğin oluşması için erkekteki sperm ile kadındaki ovumun birleşmesi gerektiğini konuşmuştuk. Bunun olması için erkeğin penisinin, kadının vajinasının içinde olması gerekir.” gibi basit bir açıklama yapılabi­lir. Daha sonra bu birlikteliğin yetişkinler arasındaki özel bir ilişki olduğuna vurgu yapılmalıdır.

Bu yaş grubunda çocukları cinsel istismardan korunmaya yönelik olarak özellikle iyi/kötü dokunma ya da kabul edilebilir/kabul edilemez dokunmanın birbirinden ayırt edilebilmesini öğretmek, çocuğun kendi­sinin ve başkasının beden sınırlarını bilmesi için eğitimler vermek uygun­dur. Ayrıca çocuğa istemediği dokunmalara karşı “Hayır!” diyebilme bece­risi kazandırılmalıdır. Cinsel istismardan korunmaya yönelik diğer önemli bilgilendirmeler ise çocuğun bazı özel durumlarda özellikle anne ve ba­basından sır saklamaması gerektiği, istemediği bir dokunma gerçekleşti­ğinde bunu söyleyerek yardım istemesi gerektiğidir. Son olarak çocuğun kendini istenmeyen dokunmaların şüphelisi olmaktan koruması ve kendi beden sınırlarını ihlal eden herhangi bir davranış ile ilgili olarak bunun onun suçu olmadığı yönünde bilgilendirilmesi oldukça önemlidir (Ceylan ve Çetin, 2015; PCAR ve NSVRC, 2011).

Ön Ergenlik ve Ergenlik Dönemlerinde Cinsel Eğitim

Cinsel eğitim, bireylerin gelişim sürecinde yaşa özgü değişen özel­likler ile yeniden ele alınması ve uygun şekilde biçimlendirilip sunulması gereken dinamik bir eğitim sürecidir. Buna karşın bu alandaki çalışma­

larda, ergenlere öncelik verildiği gözlenmektedir. Bunun birçok nedeni vardır. Ergenlik döneminde artan cinsel dürtüler, olumsuz cinsel dene­yimler açısından bu yaş grubunu yüksek riskli konuma getirmektedir. Öte yandan hızla değişen fiziksel ve fizyolojik değişikliklere bağlı olarak bu dönemdeki çocuklar cinsel bilgi edinmeye oldukça heveslidirler. An­cak bu dönemde çocukların birincil bilgi kaynağı çevredeki arkadaşları, pornografik filmler ve benzeri diğer materyaller olabilmektedir. Hatalı/ yanlış bilgilere oldukça açık ve duyarlı olunan bu dönemde çocuklar çev­relerinden çok kolay etkilenebilmektedir. Nihayetinde, sonucunu öngö- remedikleri davranışlarına bağlı olarak ergen gebeliği, düşük, cinsel yolla bulaşan hastalık ya da cinsel istismar mağduru olabilmektedirler. Tüm bu nedenlere bağlı olarak ergenler için cinsel bilgi, tutum ve beceri ka­zandırma temelli ardışık eğitim programlarının hazırlanması önem ka­zanmaktadır.

Ergenlik süreci, cinsiyete göre farklı özellikleri içinde barındırmak­tadır. Yaş itibariyle kız çocuklarının daha erken olgunlaştığı ve ergenliğe daha erken adım attığı bilinmektedir. Kız çocukları genellikle 13 yaş civa­rında ilk mensturasyon döngüsü ile, erkek çocuklar ise 14 yaş civarında ilk gece ıslanması (Tıbbi dilde noktürnal emisyon denilmektedir.) ile ergen­liğe girmektedir. Bazı çocuklar ise beklenenden 2 yıl daha önce bu dene­yimleri yaşayabilmektedir. Genel olarak her iki cinsiyet için de ön ergenlik dönemi olarak kabul edilebilecek 9-11 yaşları arasında mensturasyon-mas- türbasyon gibi fizyolojik değişiklikleri, ergenliğin toplumsal-duygusal ge­lişimini ve kişiler arası ilişki biçimlerini kapsayacak cinsel eğitimin başla­ması uygundur. Yine bu dönemde cinsel birleşme dışında tüp bebek yo­luyla bebek edinme ya da evlat edinme konuları üzerinde konuşulabilir. Fizyolojik gelişime ait bilgi içeren cinsel eğitim, çocuklar bu deneyimleri yaşamadan önce verilmelidir. Örneğin erkek çocuklara yönelik cinsel eği­timde, “Senin yaşındaki bazı çocukların kendilerini keyifli hissetmek için kendi organlarına dokunduklarını, biliyor musun?” şeklinde bir başlangıç yapılabilir. Bu tür bir sohbet çocuğun kendini iyi hissetmesine ve bu tür konularda konuşurken rahat hissetmesine yardımcı olacaktır.

Ön ergenlik döneminde çocuğun yönelttiği bazı sorular ebeveynle­ri ya da diğer yetişkinleri zor durumda bırakabilmektedir. Yanıt verilmek istenmeyen sorular dahi uygun biçimde yönlendirilerek cinsel eğitim için bir fırsata dönüştürülmelidir. Örneğin “Sen ilk ne zaman cinsel ilişkide bu­lundun?” sorusuna yanıt vermek istenmiyorsa “Bu özel bir konu, yine de benimle cinsel birliktelik konusunda konuşmak istemen beni mutlu etti.” gibi bir yönlendirmede bulunmak uygun olacaktır. Bunun yanında “Cinsel birliktelik birbirine sevgiyle bağlı iki yetişkin arasındaki özel bir birliktelik­tir.” ya da “Cinsel birliktelik kişinin evlendiği kişi ile yaşadığı özel bir birlik­teliktir.” gibi değer paylaşımlarında bulunmak mümkündür.

Ön ergenlik ve ergenlik dönemlerinde ebeveynler cinsel eğitimin önemli bir parçasıdır. Çocuğun cinsel konularda ne düşündüğü ya da neyi ne kadar bildiği ve sordukları sorular ile aslında neyi öğrenmek istediği öncelikli olarak ele alınmalıdır. Ebeveynlerin çocukları ile ergenlik döne­mindeki iletişimlerini arttırmak, onların sağlıklı cinsel gelişimlerine katkı­da bulunmak ve riskli cinsel davranışlarını azaltmak için hazırlanmış bazı eğitim programları mevcuttur.

Ergenlere yönelik cinsel eğitim programları; bilgilendirme, tu- tum-değerler-içgörü kazandırma, kişiler arası iletişim becerisi kazandır­ma ve son olarak sorumluluk başlıkları altında şekillendirilebilir. Bilgilen­dirme; insan cinselliği, büyüme ve gelişme, üreme anatomisi ve fizyoloji­si, gebelik, doğum, gebelikten korunma, düşük, cinsel istismar ve cinsel yolla bulaşan hastalıklara ilişkin geçiş yolu, belirtileri, tedavisi gibi teorik bilgilendirmeyi kapsar. Tutum-değerler-içgörü basamağında; ergenlerin kendi ailevi-kültürel değer yargıları içinde cinsel tutum edinmesi, soru sorma ve araştırma fırsatı edinmesi, öz saygısını geliştirmesi, cinsel iliş­kileri değerlendirme ile ilgili içgörü kazanması, cinsel sınırları/yasakları anlaması ve karşısındakine karşı sorumluluklarını öğrenmesi beklenir. İlişkiler başlığında; ergenin iletişim becerileri kazanması, karar verme, akranını reddetme ve kararlılık becerisi kazanması ayrıca doyum sağla­yabileceği ilişki geliştirme becerisi edinmesi beklenir. Böylece destekle­yici, değer veren, zorlayıcı olmayan, karşılıklı doyumun yaşandığı ikili ilişki geliştirebilmesi için beceri kazanması beklenir. Bu basamakta güncel bir konu olan teknoloji kullanımının ilişkiler üzerine etkileri de paylaşılabilir. Sorumluluk başlığı altında ise cinsel ilişkiye yönelik sorumluluk alabilme, erken yaşta cinsel ilişkiye karşı durabilme, kişisel güvenliğe ilişkin olarak cinsel ilişkiden kaçınma ve sağlık sorunlarından korunabilmeye yönelik sorumluluk becerileri kazandırılır.

Cinsel eğitim programları içinde yer alan bazı bölümler doğrudan bir cinsiyete özgüdür. Bu nedenle kız ve erkek çocuklar için farklı oturum­ların oluşturulması, çocukların utanma ve rahatsızlık hislerine bağlı olarak iletişimi kapatmalarını en aza indireceği gibi belli konuların daha uzun

konuşulup tartışılabilmesine olanak sunar. Böylece hem kız ve erkek ço­cukların konuşmak istedikleri birbirinden farklı konular dile getirilmiş olur hem de gençlerin utangaçlıklarının ve kaygılarının üstesinden gelinmesi­ne yardımcı olunur. Buna karşın, cinsellik ve sağlık ile ilgili temel konular cinsiyet olarak karışık oturumlarda yapılmalıdır. Karma oturumların en be­lirgin avantajı temel konularda tekrarları ortadan kaldırıp zaman kazancı sağlamasıdır. Bunun yanında karma oturumlar, karşı cinse ait cinsel konu­larda engellenme ve kaygı gelişimini azaltacağı gibi kız ve erkek çocukla­rın birbirleri ile sağlıklı ikili ilişki geliştirmelerine olanak sağlayan karşılıklı saygı ortamı gelişmesine yardımcı olur.

Ergenlik döneminde sunulan cinsel eğitim programlarında dikkat edilmesi gereken diğer bir unsur eğiticilerdir. Eğitimi veren kişinin eği­tim sunulan grup ile hemcins olması eğitimdeki interaktif ortama olumlu yansıma sağlayabilmektedir. Bu nedenle, cinsel eğitim sunulacak kurum­da her iki cinsiyetten de cinsel eğitim konusunda donanımlı eğiticinin ol­ması önemlidir.

Cinsel eğitim alanında pek çok farklı yöntem ele alınabilir. Konfe­rans ya da paneller, grup tartışmaları, soru kutuları, soru-cevap oturumla­rı, rol oynama uygulamaları, hikâye anlatımları, film ya da slayt gösterileri gibi yöntemler kullanılabilir. Konferans ve panel etkinlikleri klasik eğitim yöntemi olarak değerlendirilse de gençlerin ilgisini çekmek ve programı genişletmek için diğer eğitim yöntemlerinin kullanılması etkili olabilir. Örneğin cinsel yolla bulaşan hastalıklar, ergen gebelikleri, mitler ve yan­lış bilinenler, çocuk yaşta evlilikler, cinsel istismar, cinsiyet ayrımcılığı gibi konular drama ya da grup tartışmalarında ele alınabilir. Bunun yanında soru kutuları, okulların en görünen yerlerine yerleştirilerek gençlerin sağ­lık sorunları ile ilgili isim yazmadan soru yöneltmeleri için duyurular ya­pılabilir. Belirli aralıklarla soru kutuları açılıp öğretmenler tarafından bu yazılı sorular cevaplanabilir. Okulda verilen cinsel eğitim ancak ebevey­nlerin sunduğu eğitimin genişletilmiş şekli olarak değerlendirilebilir. Bu tür eğitimler planlanırken ailelere yönelik de bir oturum oluşturulması ve onların da sürece dâhil edilmesi, eğitimin içeriği hakkında bilgilendi­rilmeleri oldukça önemlidir. Ayrıca çocuklara yönelik eğitim oturumları öncesinde ailelerin olurlarının alınması şarttır. Bu eğitimlerin karşılıklı ile­tişime izin verecek şekilde planlanması, bu nedenle en fazla 50 kişilik bir kalabalığa hitap ediyor olması önemlidir. Eğitim içeriğinin sosyal norm­lara yönelik uygunluğu yanında eğitime dâhil edilen çocukların kültü­rel olarak benzer gruplardan seçilmiş olması eğitimin kalitesini ve kabul edilebilirliğini de arttıracaktır.

Sonuç olarak cinsellik hakkında konuşurken çocuğun alması iste­nen ana mesaj; bu konuda açık, dürüst ve güvenilir bilgiyi ebeveyninden alabileceği, soru sormaktan korkmasına ya da utanmasına gerek olmadı­ğıdır. Ayrıca küçük çocuklar ile onların seviyelerine uygun şekilde cinsellik hakkında konuşmak, bunu sağlıklı hayatın bir parçası olarak algılamala­rına yardımcı olacaktır. Aynı zamanda bu sohbetler ilerleyen dönemler­deki iletişimi de kolaylaştıracaktır (Bobier ve Martin, 2016). Geleceğimizin teminatı olan çocukların sağlıklı cinsel gelişimlerini desteklemek, cinsel istismar oranlarını azaltabilmek ve geleceği koruyabilmek alanda çalışan tüm meslek elemanlarının sorumluluğudur.

**CİNSEL İSTİSMAR SONRASI PSİKOLOJİK GÜÇLENDİRME VE DESTEK**





Çocuk, ailenin ve toplumun en önemli unsurlarının başında gelir. Bu kadar önemli bir unsurun yetiştirilmesi ve korunması da bu nedenle her şeyin önünde gelmektedir. Çocuğun yetiştirilmesi ailenin görev ve sorum­luluklarının başında gelmektedir. Ailenin koruması ve rehberliği çocuğun gelişiminde çok etkilidir. Olumsuz ve kusurlu bir aile yapısı sağlıksız bir gelişimin ve uyumsuzluklarla dolu bir hayatın kaynağını oluşturacaktır. Aileler çocuk yetiştirme sürecinde bilerek veya genellikle bilmeden ço­cuklarının fiziksel, sosyal ve psikolojik gelişimlerine olumsuz etkilerde bu- nabilirler. Bu süreçte anne babanın çocuk yetiştirme tutumlarının önemi ortaya çıkmaktadır.

Ebeveynlerinden yeterli ilgi, şefkat, sevgi ve saygıyı göremeyen ço­cuklar, akranları ile ilişkilerinde benzer tarzda davranışlar sergileme eği­liminde olmaktadırlar. Çocukların algıladıkları ebeveyn tutumları kuralcı, küçümseyici, kusur bulucu, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı, istismar edici, kötümser, endişeli, cezalandırıcı veya başarı odaklı ise bu çocukların akranlarına ve gelecekte kendi çocuklarına karşı da benzer tutumları izle­meleri ihtimali yüksektir (Kesici ve diğ., 2016).

Aile ortamında yeterli sıcaklığı, ilgiyi ve olumlu ebeveyn tutumlarını yaşayamayan çocuklar psikolojik olarak çeşitli sorunları yaşamaya açıktır­lar. Örneğin bu çocuklar karşılaştıkları zorluklarda içine kapanabilir ya da tam tersi davranışlar sergileyerek vurdumduymaz tavırlar içine girerek te­lafi yoluna gidebilirler. Bu ve benzeri olumsuz tutum ve davranışlar içinde büyüyen çocuklar öncelikle iyi iletişim kurmaya ihtiyaç duydukları ailele­rinden uzaklaşabilirler (Kesici ve diğ., 2016). Bu uzaklaşma sonucunda ya­şamlarında çeşitli taciz ve istismar durumları ile karşılaştıklarında yaşadık­ları bu felaketten kurtulmada çok büyük zorluklar çekeceklerdir. Özellikle de iletişime kendilerini kapamaları onlara uzatılacak olan eli tutmalarını engelleyecektir.

İhmal ve istismara uğramış, özellikle de cinsel istismara uğra­mış çocuklar genellikle yaşadıkları olayın ardından içinde bulundukla­rı olumsuz duygu ve düşüncelerini tam olarak ifade etme konusunda zorluk yaşarlar. Kimi zamanda bu durumun idrak edilmesi bile onlar için zaman alabilir. Farkına vardıklarında ise durumu tam olarak anla­ma, kabullenme ve ifade edebilme konusunda isteksizlik gösterebilirler. Eğer yaşadıkları durum tekrarlanıyor ve istismarcı, çocuğun yakını olan ve çevresi tarafından kabul gören birisi ise bu durumu ifade etmek ve anlatmak çok daha zor olacaktır. Cinsel istismarın istismarcı tarafından çoğunlukla inkâr edilmesi, kurbanın kendini suçlu hissetmesi, yaşadıkla­rından utanması ve toplumun cinsel istismarı kabul etmemesi gibi ana faktörler cinsel istismarın çocuk üzerindeki olumsuz etkilerini daha da arttıran faktörlerden bazılarıdır (Leathers ve diğ., 2009). Cinsel istismar mağduru çocuklar yaşadıkları travmaya ve acıya katlanamayacakları için sevgi dolu ilişkileri ve gelecekte mutlulukları hayal ederler, gerçeği gör­mezden gelir veya çarpıtabilirler (Aktepe, 2009).

İstismara uğrayan çocuklar yaşadıkları istismarı paylaşamadıkça istismarın onların ruh sağlığı üzerindeki etkileri gitgide olumsuz yönde artmakta ve bu etki çeşitli şekillerde çocuk tarafından dışarıya yansıtıl­maktadır. Bu aşamada durumu fark edebilmek kimi zaman oldukça güç olmaktadır. Hatta birçok zaman durumun geç farkına varılmakta ya da azımsanmayacak oranlarda hiçbir zaman farkına varılamamaktadır. Bu nedenle yaşanan durumun çocuğun üzerinde ne gibi etkiler oluşturabile­ceğinin bilinmesi istismarın önlenmesi ya da sonrasında olumsuz etkileri­nin tedavisinde faydalı olacaktır.

Cinsel İstismarın Çocuk Üzerindeki Etkileri

Çocukluk çağında yaşanan cinsel istismar çoğunlukla gizlenir. Ço­cuk, istismarı pek çok farklı nedenden dolayı çoğu zaman hiç kimseyle paylaşmaz. Yaşına ve yaşananların farkındalığına bağlı olarak bazen çocuk, yaşadığının bir istismar ya da taciz olduğunun farkında bile olmayabilir. Bu durumda, paylaşılmayı geciktiren veya engelleyen bir faktör olarak kar­şımıza çıkmaktadır. Bazen de tacizcinin baskısı ve çocuğun korkusu istis­marı anlatmasını engelleyebilir. Bu ve benzeri nedenlerle birçok vakada istismar yıllarca gizli kalır. Bazen ileri yaşlarda tetikleyen durumlar ortaya çıkınca erken dönemlerde yaşanılan istismarın başkaları ile paylaşılması söz konusu olabilmektedir. Bu da, çocuklukta yaşanan travmanın bilinçal­tında süren ve örtülen kısmının bireyin üzerindeki etkilerinin devam et­tiğinin bir göstergesidir. İstismarı saklama sebeplerinin başında suçluluk psikolojisi yatmaktadır. Yaşanan durumun kendisinden kaynaklandığı dü­şüncesi ya da açığa çıkmasının kendisinde oluşturacağı utanç ve suçluluk duygularının ezikliği, kişinin iç dünyası ile ilgili faktörler bireylerin istismarı bilinçli ya da biliçsiz şekilde yadsımalarına sebep olmaktadır. Birçok du­rumda yaşananların bir günah olarak çerçevelendirilmesi ve işlenen gü­nah nedeni ile cezalandırılacağı ya da terk edileceğine dair hislerle, utanç ve suçluluk duygularının meydana getirdiği duygusal baskı ve karmaşıklık, istismarın saklamasına neden olabilir. Bazı durumlarda ise cinsel istismar saklanamayacak şekilde ortadadır. Örneğin cinsel istismar sırasında çocuk fiziksel olarak zarar görmüşse, yaşananların izleri bedeninde görülüyorsa çocuğun yakınındakiler (ebevynler veya öğretmenler gibi) bunu açıkça gö­recektir. Böyle bir durumla karşılaşıldığında ise iki seçenek ortaya çıkar. Belirtileri gören yetişkin; ya korku, endişe veya benzeri sebeplerden dolayı görmezden gelebilir ya da olayın üstüne gitmeye karar verirse istismar adli makamlara yansır.

Çocuğun maruz kaldığı cinsel istismarın devamında ya da sonra­sında mağdurun ruh dünyasında ortaya çıkan kısa vadedeki belirtilerden bazıları şunlardır: Yaşananların tekrar tekrar göz önünde canlandırılma­sı, uyaranlara karşı kendine has aşırı hassasiyet gösterilmesi, olayla ilgili kontrol edilemeyen düşüncelerin zihinde tekrarı, kaygı düzeylerinde artış, sembolik olarak yeniden yaşama, uyku bozuklukları, dissosiyatif durum ve bilinçli veya bilinçsiz olarak olayı yeniden yaşatma, aşırı pasiflik ve aşırı cinsel dürtü şeklinde kontrolsüz davranışlar (Hartman ve Burgess, 1989).

Ayrıca cinsel istismara uğrayan çocuklarda bilinç değişimleri, bellek kay­bı dönemleri ve unutkanlıklar, uykuda gezme, gündüz rüyası, transa ben­zeyen dönemler, saldırganlık, hayali arkadaşlık ve geçici bilinç kaybı gibi durumlar kısa vadede ortaya çıkabilir (Topçu, 2009). Ancak bu belirtile­rin uzmanlar tarafından değerlendirilerek teşhis edilmesi gerekmektedir. Çoğu zaman cinsel istismar, sağlık profesyonelleri tarafından istismarın tanılanması ve çocuğun koruma altına alınması ile son bulur. Bu süreç­ten sonra çocuğun uzmanlar tarafından koruma altına alınması ve gerekli profesyonel yaklaşımların uygulanması ile tedavi sürecinin sağlıklı bir şe­kilde yürütülmesi gerekir.

Genel olarak istismar ya da kötüye kullanım, yaşanan çevreye, eğiti­me ve çeşitli durumlara bağlı olan bazı faktörlere dayanır. Cinsel istismar ise rıza dışı bir ilişki içinde, failin cinsel dürtülerini tatmin etmek için ya da mağduru küçük düşürmek için, mağdur üzerinde kontrol uygulama giri­şiminin bir göstergesi olabilir. Her ne sebeple olursa olsun istismar, huku­ken ve ahlaki olarak mağdur üzerindeki ciddi tahrip etkilerine sebep olur ve asla kabul edilemez. Kaygı bozuklukları, cinsel istismara uğrayan ço­cuklarda kısa süre içinde ortaya çıkabilmektedir. Ayrıca beraberinde uyku bozuklukları, kabuslar, fobiler, bedensel şikâyetler de gözlenebilmektedir. Bunlara ek olarak yine mağdurların büyük bir oranı depresyon, öz güven düşüklüğü, davranış problemleri, travma sonrası stres bozukluğu, anksi- yete bozukluğu gibi semptomlar sergileyebilirler (Ovayolu ve Uçan, 2007; Goodyear-Brown ve diğ., 2012).

Uzun vadede, yaşanan cinsel taciz öyküsü genellikle yetişkinlikte de etkilerini sürdürebilir. Özellikle disosiyatif bozukluk, majör depresyon, cin­sel işlev bozuklukları ve madde kullanımı gibi çeşitli psikolojik bozuklukla­rın geçmişinde tacize uğramış kişiler tarafından yaşandığı görülmektedir (Taner ve Gökler, 2004).

Araştırmalar, cinsel şiddet mağdurlarının orta ve uzun vadede ciddi psikolojik sorunlarla karşılaştıklarını ortaya koymaktadır. Bunlardan en yay­gın olanları; suçluluk, öfke, kaygı, depresyon, travma sonrası stres bozukluğu, stres bozukluğu, cinsel fonksiyon bozukluğu, somatik şikâyetler, uyku bo­zuklukları, sosyal ilişkilerde geri çekilme, okul başarısında düşüş, ani davra­nış değişiklikleri ve intihara teşebbüs etmeyi içerir (Taner ve Gökler, 2004; Akbaş ve Sanberk, 2011). Ayrıca çocukluk çağı cinsel istismarları ile aile içi cinsel istismar mağdurlarında en sık görülen belirtinin depresyon olduğu ve depresyona da genellikle intihar davranışının eşlik ettiği gözlenmektedir.

Geçtiğimiz yıllarda yapılan araştırmalar, istismar mağdurlarında gözlemlenen hastalık ve yetersizlik oranlarını ve nedenlerini açıklayabile­cek niteliktedir. Çocukluk çağında cinsel istismar mağduru olmuş yetiş­kinlerin, hem kadın hem de erkeklerde, istismara uğramamış akranları­na göre daha fazla “kötü sağlığa” sahip oldukları ve yaşadıkları istismarın üzerinden uzun zaman geçse dahi bu olumsuz etkilerin sürdüğü, araş­tırma sonuçları ile ortaya koyulmuştur. Herhangi bir müdahale olmaksı­zın istismar mağdurlarının ciddi ve hayatı tehdit eden birçok hastalığa sahip olma olasılığı daha yüksektir (Kendall ve Tackett, 2012). Örneğin Amerikan ulusal komorbidite çalışmasında, cinsel istismar, mağdur ka­dınlarda kardiyovasküler hastalık riskini dokuz kat artırmıştır (Batten ve diğ., 2004). Yukarıda sayılan tüm semptomlara ek olarak bazı çalışma bulgularında özellikle erkek ergenlerde cinsel taciz (tecavüz)’e uğrama ile madde bağımlılığı, şiddet davranışı, hırsızlık ve okul devamsızlığı ara­sında bir ilişki bulunmuştur (Wilson ve Scarpa, 2015). Benzer araştırma­lar, çocukta cinsel istismar öyküsü olanların istismar öyküsü bulunmayan çocuklara oranla daha fazla yiyecek kısıtlamaları gösterdiklerini bulmuş­lardır. Cinsel istismar sonrasında çocuk duygusal olarak rahatsız oldu­ğunda, kilo memnuniyetsizliği, ince bir beden olarak idealleştirdikleri şeyin peşinde koşma ve arındırma davranışının arttığı düşünülmektedir (Wonderlich ve diğ., 2000).

Cinsel İstismarın Belirlenmesi ve Cinsel İstismara

Uğramış Çocuk ile Görüşme

Çocukların istismarı fark etmesi ve açıklaması karmaşık ve zaman alan bir süreçtir. Önceki başlıkta da açıklandığı gibi, cinsel istismar mağ­duru çocuklar yaşadıkları travmatik olayı genellikle hemen açıklamazlar. Ebeveynler yolunda gitmeyen ve yanlış bir şeylerin olduğunu fark ettik­leri zaman bu konuyu çocukları ile konuşmalıdırlar. Ancak bu konuşma, sempatik kanalların ve sağlıklı iletişim yollarının kullanıldığı bir konuşma şeklinde yürütülmelidir. Çoğu yetişkin şüphelerini araştırmak için çocu­ğu ile konuşurken kendisini rahatsız hissetmekte hatta bazen panikle, suçlayıcı bir dil de kullanabilmektedir. Yaşanılan travmanın sağlıklı bir şekilde neticelenmesi için ebeveynlerin, çocuğa olan yaklaşımlarında doğal, içten ve samimi bir tavır sergileyebilmelerinin öneminin farkın­da olması şarttır. Ayrıca çocuğu muayene eden doktorlar veya konu ile

ilgili diğer personelin de cinsel istismar belirtilerine karşı hassas olmaları gereklidir. Uzmanlar, olumsuz bir durum ortaya çıktığında hem çocukla hem de ailesi ile yapacakları konuşma konusunda yeterince hassasiyet göstermelidirler. İstismara uğramış çocukla çalışmak özellikle de cinsel istismar mağduru çocukla, adli ve klinik boyutları olan ve uzmanlık ge­rektiren bir iştir. Fiziksel muayene ve görüşmenin yapıldığı süreçte ayrıca gebelik testi de dâhil olmak üzere cinsel yolla bulaşan hastalıklar için yaşa uygun testler kullanılarak olguya göre değerlendirme yapılmalıdır. Çocuklarda görülen fiziksel yakınma ve normal karakter özelliklerinden farklı tavırlar (Örneğin içe dönükse dışa dönük davranması, dışa dönükse içe kapanması gibi...) yani rutin dışı süreçlere özellikle dikkat edilmelidir. Bu tür sıra dışı değişikliklere karşı ebevynler ve öğretmenler aralıklarla bilgilendirilmelidir. Cinsel olan ya da olmayan her türlü istismar, güven­lik personeline bildirilmelidir. Bunun sadece ahlaki bir davranış olmayıp yasal bir zonluluk olduğu, aksi takdirde bildirimi yapmayanın da yasal olarak yükümlülük altına gireceği net bir şekilde vurgulanmalıdır. Bu sü­reçte çocukla iletişim kuracak olan emniyet elemanları da aynı hassasi­yetle olaya yaklaşmalı, travma yaşayan çocuğa ikinci bir travma yaşatma- malıdır. Çocuk için cinsel istismarı bildirmek aşırı zor olabilir. Genellikle bu durumu öğrenen yetişkinler olaya odaklanarak çocuğun kendisini çaresiz ve savunmasız hissettiğini gözden kaçırabilmektedirler.

Bir çocuğun ablası-ağabeyi, büyükannesi-dedesi ya da halası-amca- sı tarafından okşandığını, cinsel bölgelerine dokunulduğunu ya da daha ileri gidildiğini ebeveynlerine söylemesinin ne kadar ürkütücü ve utandı­rıcı olduğunu hayal etmeye çalışmak bile yeterince zordur. Bazı cinsel is­tismar vakaları yırtık bir iç çamaşırı ya da vücutta fiziksel izler bırakmaz. Hatta ilk zaman anksiyete, depresyon ya da artan bir cinsel aktivite gibi cinsel istismar olgusunu gösteren bir belirti de göstermeyebilir. Bu neden­lerden dolayı, yaşanan cinsel istismar olayının gerçekten olup olmadığının ya da ne şekilde olduğunun anlaşılmasını sağlayacak birinci ve en önemli delil çocuğun ifadesidir. Bu süreçte yönlendirici sorular ya da doğru bil­gi almak adına çocuğu zorlayan ifadeler, çocuğun kendisini baskı altında hissetmesine ve bunun sonucunda bazı gerçeklerin atlanmasının yanında bazı durumların da hayalle gerçeklik arasında yanıltıcı olmasına neden olabilmektedir.

İstismara uğradığı düşünülen bir çocuğun yaşananlar hakkında sor­gulanması sırasında çocuğun yanıltan ifadeler vermemesi için görüşmeyi

yapanın çok hassas, konu ile ilgili yeterince eğitimli ve tecrübeli olması gerekmektedir. İstismara maruz kalan çocukla yapılacak görüşmede suç­lanan kişinin de haklarının korunması, hatalı bir ifadenin oluşmaması, bunun yanında mağdurun da psikolojik olarak yıpranmaması için çeşit­li sorgulama yöntemleri kullanılmaktadır. Suçlanan yetişkinin haklarını korurken çocuğun üzerindeki baskıyı azaltmak için zaman zaman çeşitli uygulamalar kullanılmaktadır. Örneğin görüşme sırasında psikolog eşli­ğinde avukatla görüşme ve görüntülü kayıtların alınması ve mahkeme sı­rasında gerektiğinde bu kayıtların tekrar tekrar izlenmesi gibi... Bu amaçla ülkemizde cinsel istismara uğramış olma şüphesi olan mağdur çocukla­rın, adli sorgulamaları sırasında defalarca aynı sorulara muhatap olmama­ları, bu süreçte sorgulamanın işin uzmanları tarafından yapılması için bir düzenleme yapılmasına ve bu amaçla merkez kurulmasına karar verilmiş­tir. Türkiye’de “Çocuk İzlem Merkezleri” adı altında ÇİM’lerin kuruluşu ile ilgili 04.010.2012 tarih ve 2843 sayılı Resmi Gazete ilanı ile 2012/20 sayılı Başbakanlık Genelgesi hayata geçmiştir. ÇİM’ler, Sağlık Bakanlığına bağlı hizmet veren kamu hastanelerinin çatısı altında faaliyetlerine başlamıştır. Ancak bu merkezler bağımsız olarak hizmet vermektedirler. 0-18 yaş ara­lığında cinsel istismara uğradığı şüphesi olan çocukların adli görüşmeleri, adli ve psikiyatrik muayene ve devamındaki takipleri, farklı uzmanlardan oluşturulan (psikolog, sosyal hizmet uzmanı, çocuk psikiyatrisi uzmanı, adli tıp uzmanı vb.) bir uzmanlar grubu eşliğinde gerçekleştirilmektedir. Uzmanlardan teşekkül eden heyetin mağdurla olan görüşmesi ÇİM’lerde yapılmakta, adli ve idari işlemlerin tamamı tüm ilgili kişilerin (cumhuri­yet savcısı, avukat vb.) hazır bulunduğu ortamda gerçekleştirilmektedir. Mağdurun ifadesi alınırken camlı oda kullanılmakta olup, soruşturmayı yürüten cumhuriyet savcısı, mağdur vekili olan avukat ve diğer ilgili kişiler camın arkasından süreci izlemektedirler. Bu sırada içeride görüşmeyi sür­düren adli görevli de kulaklıktan dışarıdan gelen soruları mağdura yönelt­mektedir. Bu şekilde, mağdur olan çocuğun beyanı, konu ile ilgili bir tek görevli ile yürütülmüş olmaktadır. Böylelikle çocuğun kalabalık ve sürek­li soru soran bir ortamın baskısından uzak olması sağlanmış olmaktadır. Süreçteki tüm görüşmeler daha sonra ihtiyaç hâlinde kullanılmak üze­re kamera kaydına alınmak yoluyla mağdurun tekrar tekrar aynı travmayı yaşamasının önüne geçilmektedir. Böylece sağlıklı bir ortamda görüşme gerçekleşmiş ve cinsel istismar mağduru olan çocuğun yaşadığı travma­nın şiddeti artırılmamış olur.

Bir yanda ÇİM’lerde çocukla görüşmeler gerçekleştirilirken, diğer ta­rafta da uzman personel tarafından istismar mağduru çocuğun ailesi ile gerekli görüşmeler gerçekleştirilir. Çocuğun yakınlarına süreçle ilgili ge­rekli bilgiler verilir. Ayrıca çocuğun yakınlarına gerekli olan psikolojik sü­reçle ilgili rehberlik yapılır. İhtiyaç hâlinde ailelere, çocuğa bundan sonraki süreçte nasıl davranmaları gerektiği konusunda eğitim verilir. Bu eğitim ve danışmanlık hizmetleri çocuğun psikolojik olarak güçlendirilmesi ve re­habilitasyonuna katkı sağlanması için çok büyük önem taşımaktadır. Oku­makta olduğunuz bu bölümün de temel amacı, eğitim ve danışmanlık hizmetlerini yürüten uzmanların geliştirilmesi yoluyla çocuğun güçlendi­rilmesi ve rehabilitasyonuna katkı sağlamaktır.

Çocuğun istismarından sonra yapılacak olan -özellikle ilk- görüş­me yaşanan travmanın derinliği açısından çok büyük öneme sahiptir. Bu nedenle özellikle ilk görüşme ve devamındaki tüm görüşmeler mut­laka uzman bir yaklaşımla gerçekleştirilmelidir. Aksi takdirde, istismar sonrasında çocukların çoğunda istemediğimiz birçok davranış gözle­nebilir. Örneğin regresyon davranışı (Parmak emme, altını ıslatma vb.), yeme ve uyku bozuklukları, anneye yapışma, korkular ve kabusların artışı gibi davranışlar gözlemlenebilecek belirtiler arasındadır. Adli ve fiziksel muayene istismarın belirlenmesinde ilk aşama olabilir. Ancak istismar sonrası geçen süre bu olgunun tespitinde önem taşır. Çoğu za­man mağduriyet sonrası zamanın uzaması, fiziksel muayene bulgula­rını ortadan kaldırabilmektedir. Olgunun tespitinde bu konuda eğitim almış yeterli bilgi ve beceriye sahip uzmanlara ihtiyaç duyulmaktadır. Özellikle krize müdahale konusunda uzman ekiplerin sayılarının artırıl­ması kriz sürecinin sağlıklı yürütülmesi ve travmanın büyümemesi için önemlidir.

Bilindiği gibi, çocuk cinsel istismarı çocuğun bu olaydan dolayı utanç, suçluluk hissetmesi ve korkması gibi nedenlerle açıklanama- maktadır. Çocuklar başına gelen bu olaydan dolayı kendilerini suçla­makta ve cezalandırılacaklarına inanmaktadırlar (Ovayolu, Uçan ve Se- rindağ, 2007). Cinsel istismar mağduru çocuk, yaşadığı bu olayı birine açıklamakta çekingen davranabilir. Ailesi ve yakınlarının kendilerini terk edeceği korkularını yaşarlar. Bazen bir hikâye içerisinde bu olayı başka bir çocuğun yaşadığını belirterek istismarı bildirebilirler. Bu nedenle ilk görüşmeden başlayarak süreci yönetenlerin bilgi, beceri ve tecrübeleri çok önemlidir.

Uzun Bir Süreçte Cinsel İstismara Uğramış

Bir Çocuğa Nasıl Davranmalıyız?

Çocuklarının istismara uğradığını öğrenen aile üyeleri de kriz süre­ci yaşarlar. Bu süreçte önce bir şaşkınlık, panik ve kabullenememe; be­raberinde utanç, suçluluk, korku, öfke gibi duygular yaşanabilir. Bu kriz durumunun aşılması aile için çok kolay olmayacaktır. Özellikle de cinsel istismar veya taciz aile içinden veya aileye çok yakın bir kişi tarafından gerçekleştirilmişse durum çok daha farklı bir süreç izleyecektir. Cinsel is­tismarın bu şekilde bir aile üyesi veya ailenin yakınındaki kişi tarafından işlenmesine *ensest* denilmektedir. IRC (International Rescue Committee) ve UNICEF’in ‘Cinsel İstismar Mağduru Çocuklara Bakım Kılavuzu’ ensesti “Aile içinde gerçekleşen cinsel istismar” olarak tanımlar ve ensestte “bir aile bireyi bir çocuğu cinsel davranış veya eylemin içine dâhil eder (veya buna maruz bırakır). ‘Aile üyesi’ kan bağı olan bir akraba olmak zorunda değildir... [Bakıcı aile] veya çok yakın bir arkadaş gibi ‘ailenin parçası’ ola­rak görülen biri [de] olabilir.” (2015, s. 16). İstatistikler ensest vakalarında bu kişilerin genelde aile yakınında bulunan erkek figürlerinden olduğuna işaret etmektedir (baba, abi, amca, dayı, komşu amca gibi). Ancak daha nadirattan da olsa aile içindeki kadın figürlerinin de tacizci olabileceği göz ardı edilmemelidir (anne, teyze, komşu teyze, vb).

Ensest durumunda, tacizci eğer akraba veya benzeri yakın bir erkek ise mağdurun annesi, özellikle çok zor bir durum içinde kalabilir. Onun yaşayacağı çatışmalar çok büyük olacaktır. Bazen eşi ve çocuğu arasında kalabilir. Bu duruma bir de yaşanan kültür içindeki çevre baskısı düşün­cesi de eklenecektir. Böyle bir durumda belki de en üzücü olanı anne­nin, yaşayabileceği çatışmanın ve sıkışıklığın devamında kendisine ya da çocuğa istinaden yöneltilen tehditlere boyun eğerek ensestin devamına gönülsüz de olsa izin vermek zorunda kalabilmesidir. Tacizcinin ailenin kadın üyelerinden birisi olma durumunda aynı şiddette olmasa da bu sefer baba benzer olumsuzlukları yaşayabilecektir. Tacizcinin baba veya dede gibi en yakın erkek aile üyelerinden olduğu durumlarda anneler ge­nellikle suçluluk ve depresyon yaşarlarken; tacizcinin anne veya benzeri bir kadın figürü olduğu durumlarda ise baba daha fazla şiddet gösterme eğiliminde olacaktır. Vuku bulan ensest vakalarının, anne veya baba tara­

fından, ne kadarının kolluk güçlerine ya da resmî kurumlara bildirilmedi- ğinin belirlenmesi mümkün değildir. Bu durumda yaşananların telafisi ve tedavisi mümkün olmayacaktır çünkü tanıdığı birisi tarafından özellikle de aile içinden birisi tarafından maruz kalınan cinsel saldırılarda, mağdu­run iyileşmesi diğer vakalara göre daha da zorlaşmaktadır. Bu vakalardaki mağdurlar çok daha fazla ruhsal bozukluk göstermektedir. Kişi kendisini daha fazla suçlamaktadır; buna karşılık daha az olumlu algılamakta, gü­ven sağlamada ise çok daha fazla zorlanmaktadır (Gölge, 2005). Bu ne­denle toplumun konu ile ilgili farkındalığının arttırılmasının ve eğitiminin toplumsal seferberlik şeklinde sürekli yapılmasının faydalı olacağını söyle­mek mümkündür.

İstismar ve ihmale maruz kalan çocukların mutlaka desteğe, birço­ğunun tedaviye ihtiyacı vardır (Aşırdizer, 2006). İstismar sürecinde çocu­ğun yaşadığı travmanın şiddeti ve yoğunluğu birçok faktöre bağlı olarak şekillenmektedir. Bu oluşum, cinsel istismarın klinik özelliklerine ve ço­cuk üzerindeki etkilerine, çocuğun istismarcı ile olan ilişkisine, istismarın şekline, süresine, maruz bırakılan şiddete, oluşan fiziksel zararın varlığına, çocuğun yaşına ve gelişim basamağına ve çocuğun travma öncesi ruhsal gelişimine bağlı olarak farklılıklar ortaya koyacaktır. Yaşanan travmanın yo­ğunluğu, sözü geçen bu faktörlerin yanı sıra, kişinin yaşadığı sosyal çevre­nin travmaya verdiği tepki ile de ilişkilidir. Aile ve arkadaş desteği mağdu­run durumla başa çıkmasında, psikolojik olarak güçlendirilmesinde çok önemli rol oynayacak faktörlerdir (İşeri, 2008).

Keser, Odabaş ve Elibüyük (2010) anne babaların çocuk istisma­rı ve ihmali konusundaki bilgi düzeylerini inceledikleri çalışmalarında anne babaların çocuklarına yönelik bir istismar olayı ile karşılaşmaları durumunda uygun olmayan baş etme yöntemleri kullanabileceklerini belirlemişlerdir. Araştırmaya katılan anne babaların sadece %36’sı ilgili makamlara başvuracağını, bildireceğini ifade etmişlerdir. Bu oran -yaşa­nan ya da yaşanması olası istismar durumlarının resmî makamlara ya da uzmanlara bildirilme oranı- düşündürücüdür. Aynı çalışmada katılımcı­ların sadece %7.6’sı bu durumu yakınlarıyla paylaşacağını, %8.9’u kendi­sinin çözüm bulmaya çalışacağın belirtmiştir. İstismar ve ihmal sonrası durumun ilgili makamlara bildirilmemesi çok ciddi sonuçlar doğurabilir. Hem çocuk hem de suçlular açısından bu durumun değerlendirilmesi gerekmektedir. Suçlu hakkında şikâyette bulunulmaması, istismarcının gerekli hukuki müdahaleden kurtulmasına neden olacaktır. Ayrıca mağ­dur durumundaki çocuğa ve ailesine yönelik psikolojik desteğin sağlan­masını engelleyen bir durum da söz konusu olacaktır. Yapılan araştır­malara göre istismar sonrası çocuğun anne babadan algıladığı desteğin yüksek olması, çocuğun travma sonrası stres bozukluğu ya da oluşabile­cek başka psikiyatrik sorunları yaşamasında da koruyucu etmenlerden biridir (Bolen ve Lamb, 2007; Godbout ve diğ., 2014). Bu nedenle, eğitim programlarında ailelere istismar durumunda ve sonrasında neler yap­maları gerektiğine dair bilgilendirmenin yapılması, olası psikolojik bo­zuklukları önleyebilir veya bozuklukların şiddetini azaltabilir (Godbout ve diğ., 2014). Yapılacak bu bilgilendirmelerin kapsamında öncelikle çocuk gelişim dönemleri, bu dönemlerin hem fiziksel hem de psikolo­jik değişimleri ile özelliklerinin aktarılması gereklidir. Çocukların bu tür özelliklerinin aileler tarafından bilinmesi, devamında bu tür durumlarda çocukları ile ilişkilerinin şekli anlatılmalıdır. Yaşanan istismarın ve çocuk üzerindeki etkisinin çocuğun bundan sonraki yaşamını da etkilemeye devam edeceği unutulmamalıdır. Mağdur olan bu çocukların desteğe, ilgiye ve sevgiye olan ihtiyaçlarının karşılanması aşamasında izlenecek yol ve süreçte dikkatli olunması gerekmektedir. Bu süreçte sağlıklı ebe­veyn tutumları çok önemlidir. Bu süreçte çeşitli ihtiyaçlarını karşılamak isteyen çocuğun beklentileri ile ebeveynlerinin ve onunla iletişimi olan yakınlarının karşılıklı olarak beklentilerinin doğru algılanması gereklidir. Özellikle ilgi ve sevgiye olan ihtiyacın karşılanması sürecinde bu çocuklar bazen bedeli ne olursa olsun ihtiyaçlarının karşılanmasında bilinçli ya da bilinç dışı arayışa gireceklerdir. Bu durumların sağlıklı bir şekilde karşı­lanabilmesi için istismar yaşayan çocuklara özellikle de cinsel istismara uğramış olan çocuklara nasıl davranılması gerektiği önemli bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır.

Daha önce de altını çizdiğimiz üzere ailelerin istismar durumlarını fark etmeleri ve bu duruma doğru müdahalede bulunabilmeleri için ço­cuklarını öncelikle her yönden tanımaları gereklidir. Bu aşamada öncelikli yapılması gereken, ailelere çocuk gelişimi hakkında eğitimler verilmesi ol­malıdır. Bu eğitimler sayesinde ailelerin eksikleri giderilebilir ve çocukları­na destekleri, uzmanların vereceği desteği daha iyi anlamalarına ve ortak olmalarına yardımcı olacaktır. Bu eğitimlerin içerisinde özellikle çocukluk­tan başlayarak ergenlik dönemlerinin bireyde oluşturduğu değişimlerin bilinmesi, çocuk ve ergende cinsel eğitimin doğru bir şekilde verilmesi önem kazanmaktadır. Ayrıca bu konuların anne baba ile çocuk arasında nasıl konuşulması gerektiği de çocuk ve aile arasında kurulacak sağlıklı iletişim açısından önemlidir. Günümüzde ailelerin çocukları ile aralarında iletişimin zayıflamış olması, ciddiye alınması gereken güncel bir sorun­dur. Bu sorunun kaynağı çocukluktan başlamaktadır. Çeşitli nedenlerle özellikle cinsellik, aile içinde konuşulması ertelenen konuların başında gelmektedir. Nasıl konuşulması gerektiğine geçmeden önce, ailelere bu konuda yeterli bilginin aktarılması gerekmektedir.

KAYNAKÇA

Akbaş, T., ve Sanberk, İ. (2011). *Çocuklara yönelik cinsel taciz ve koruyucu eği­tim*. Karahan Kitabevi.

Aktepe, E. (2009). Çocukluk çağı cinsel istismarı: Psikiyatride güncel yaklaşımlar*. Current Approaches in Psychiatry, 1,* 95-119.

Alberta Health Services. (2009). *Sexual and reproductive health education and health promotion. Talking to your preschool children about sexuality*.

Aşırdizer, M. (2006). Acil servislere başvuran çocuk ve kadın istismarı olgularına hekimlerin yaklaşımı. *Journal of Surgery Medical Sciences*, *50* (2), 39-48.

Batten, S. V., Aslan, M., Maciejewski, P. K., & Mazure, C. M. (2004). Childhood malt- reatment as a risk factor for adult cardiovascular disease and depression. *Journal Clinical Psychiatry, 65* (2), 249- 254.

Bayrak, G., Başgül, Ş. S., ve Gündüz, T. (2011). *Ailede cinsel eğitim*. Timaş Yayınları: İstanbul.

Bilginer, Ç. (2018). Oyun döneminde cinsel eğitim. *Oyun dönemi ruh sağlığı ve hastalıkları içinde,* İşeri E, Güney E, Taş Torun Y (editörler), Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği Yayınları, Ankara, s. 217-229.

Bobier, L., & Martin, K. A. (2016). Early childhood sexuality education. *Evidence-ba- sed approaches to sexuality education* içinde, Ponzetti J. J. (ed). Routledge Press, New York, s. 223-239.

Bolen, R. M., & Lamb, J. L. (2007). Parental support and outcome in sexually abused children. *Journal of Child Sexual Abuse*, *16* (2), 33-54.

Burgess, A. W., Hartman, C. R., McCausland, M. P., & Powers, P. (1985). Response patterns in children and adolescents exploited through sex rings and por- nography. *Annual Progress in Child Psychiatry & Child Development*.

Cappello, D. (2001). When sex ed meets parent education: supporting parents as sexuality educators. *SIECUS Rep,* 29, 4-6.

Ceylan, Ş. ve Çetin, A. (2015). Okulöncesi eğitim kurumlarına devam eden çocuk­ların cinsel eğitimine ilişkin ebeveyn görüşlerinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 2,* 41-59.

Çalışandemir, F., Bencik, S., & Artan, İ. (2008). Sexual education of children: An overview from the past to present. *Educational Sciences, 33*, 14-27.

Davies, C., & Robinson, K. (2010). Hatching babies and stork deliveries: Risk and re- gulation in the construction of children’s sexual knowledge. *Contemporary Issues in Early Childhood, 11,* 249-260.

Dyson, S., & Smith, E. (2012). There are lots of different kinds of normal: families and sex education-styles, approaches and concerns. *Sex Education: Sexuality, Society and Learning, 12,* 219-229.

Godbout, N., Briere, J., Sabourin, S., & Lussier, Y. (2014). Child sexual abuse and subsequent relational and personal functioning: The role of parental sup- port. *Child Abuse & Neglect*, *38* (2), 317-325.

Goodyear-Brown, P., Fath. A., & Myers, L. (2012). Child sexual abuse the scope of the problem. *Handbook of Child Sexual Abuse: Identification, Assessment,*

*and Treatment.* Edited by Paris Goodyear-Brown Copyright.

Göçgeldi, E., Tüzün, H., Türker, T., ve diğ. (2007). Okul öncesi dönem çocuğu olan anne ve babaların çocuklara cinsel eğitim konusundaki yaklaşımlarının in­celenmesi. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi (STED), 16*, 134-142.

Gölge, Z. B. (2005). Cinsel travma sonrası oluşan ruhsal sorunlar. *Nöropsikiyatri Ar­şivi*, *42*, 19-28.

Heiman, M. L., Leiblum, S., Esquilin, S. C. & diğ. (1998). A comparative survey of be- liefs about “normal” childhood sexual behaviors. *Child Abuse and Neglect,* 22, 289-304.

IRC & UNICEF. (2015). Cinsel istismar mağduru çocuklara bakım kılavuzu, Interna- tional Rescue Committee. s. 16.

İşeri, E. (2008). Cinsel istismar. F. Ç. Çetin, B. Pehlivantürk, F. Ünal, R. Uslu, E. İşeri, T. Türkbay, A. Coşkun, S. Miral, N. Motavallı (Eds.), *Çocuk ve ergen psikiyatrisi temel kitabı*. Ankara: HYB, s. 470-477.

Kendall Tackett, K. (2012). The long-term health effects of child sexual abuse. John Wiley ve Sons, Inc. (Ed.) *Handbook of child sexual abuse: identification, assessment, and treatment* içinde. Paris: Goodyear-Brown Copyright.

Keser, N., Odabaş, E., ve Elibüyük, S. (2010). Ana-babaların çocuk istismarı ve ihma­li konusundaki bilgi düzeylerinin incelenmesi. *Türkiye Çocuk Hastalıkları Dergisi*, *4* (3).

Kesici, Ş., ve Yalçın, S. B. (2016). İntikam tutumu için önleyici bir çalışma. *Nobel Bilimsel Eserler.* Ankara.

Kesici, Ş., Yalçın, S. B., ve Kavaklı, M. (2016). Affedici bir gençlik için anne ve babalar ne yapmalı? *Nobel Bilimsel Eserler*. Ankara.

Kürtüncü, M., Akhan, L. U., Tanır, İ. M., & diğ. (2015). The sexual development and education of preschool children: Knowledge and opinions from doctors and nurses. *Sex Disabilities, 33*, 207-221.

Leathers, S. J., Atkins, M. S., Spielfogel, J. E., McMeel, L. S., Wesley, J. M. & Davis, R. (2009). Context-specific mental health services for children in foster care. *Children and Youth Services Review, 31,* 1289-1297.

Millî Eğitim Bakanlığı. (2017). Fen bilimleri dersi öğretim programı (İlkokul ve Or­taokul 3, 4, 5, 6, 7 ve 8. Sınıflar) <http://mufredat.meb.gov.tr/ProgramDetay>. aspx?PID=143 Erişim Tarihi: 21.02.2018.

Ovayolu, N., Uçan, Ö., ve Serindağ, S. (2007). Çocuklarda cinsel istismar ve etkile­ri. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, *2* (4), 13-22.

Pennsylvania Coalition Against Rape and National Sexual Violence Resource Cen- ter. (2011). *Child sexual abuse prevention and risk reduction: Literature re- view for parents & guardians.* Enola, PA: PCAR and NSVRC.

Ponzetti, J. J. (2016). Sexuality education: Yesterday, today, and tomorrow. *Eviden- ce-based Approaches to Sexuality Education* içinde, Ponzetti J. J. (ed), Routledge Press, New York s. 24-37.

Robinson, K. (2008). In the name of childhood innocence: A discursive exploration of the moral panic associated with childhood and sexuality. *Cultural Stu- dies Review 14*, 113-129.

Robinson, K., & Davies, C. (2017). Sexuality education in early childhood. *The palg- rave handbook of sexuality education* içinde, Allen L, Rasmussen ML (eds.), Springer Nature, London s. 217-242.

SIECUS. (2017). *Sexuality information and education council of the United States.* <http://www.siecus.org/>

Taner, Y., ve Gökler, B. (2004). Çocuk istismarı ve ihmali: Psikiyatrik yönleri. *Acta Medica*, *35* (2), 82-86.

Topçu, S. (2009). *Cinsel istismar*. Phoenix Yayınevi.

Turnbull, T. (2011). Sex and relationship education in British families: How do we move forward? *Education Health, 29*, 35-37.

Walker, J. (2001). A qualitative study of parents’ experiences of providing sex edu- cation for their children: The implications for health education. *Health Edu- cation Journal, 60*, 132-146.

Wilson, L. A., & Scarpa, A. (2015). Unacknowledged rape: the influences of child sexual abuse and personality traits. *Journal of Child Sexual Abuse*, *24,* 8, 975-990.

Wonderlich, S. A., Crosby, R. D., Mitchell, J. E., Roberts, J. A., Haseltine, B., DeMuth, G., & Thompson, K. M. (2000). Relationship of childhood sexual abuse and eating disturbances in children. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 39,* 1277-1283.



CİNSEL İSTİSMAR TRAVMASI ÖNLEYİCİ ETKİNLİKLERİ[[1]](#footnote-2)



A. OKUL ÖNCESİ - İLKOKUL ÖĞRENCİ ETKİNLİKLERİ[[2]](#footnote-3)

Etkinlik Adı: Kazanımlar:

* Temel duyguları tanır. Duygularımı Tanıyorum,

. • Doğru-yanlış davranışlarla karşılaştığında duygularını

İfade Edebiliyorum

ifade eder.

* Çocuk hakları ile ilgili olarak farkındalık geliştirir. Sınıfın Yeni Arkadaşı
* Güven içinde yaşayabileceği çevreyi ayırt eder.
* Bedenindeki özel bölgeleri bilir.
* Özel bölgelerine kendisi dışındaki kişilerin dokun- Bu Benim Bedenim, maması gerektiğini fark eder.

Bedenimi Bilirim

* Beden sınırlarını korumak için nelere dikkat edece­ğini bilir.
* Güven içinde yaşayabileceği okul ve çevresini ayırt

Güven Haritam eder.

* Güvenli yaşamı engelleyecek riskleri tahmin eder.
* Cinsel İstismar anında neler yapabileceğine yönelik Melodi

farkındalık kazanır.

* Kişisel ve bedensel sınırın önemini kavrar. “Hayır!” Diyorum,
* “Hayır!” diyerek sınırını koruyabildiğini fark eder. Sınırımı Koyuyorum
* “Hayır!” diyebilme becerisini geliştirir.

Yalnız Olmam Gereken • Mahremiyetini korumak için yalnız olması gereken

Yerler yerleri bilir.

ETKİNLİK ADI

DUYGULARIMI TANIYORUM, İFADE EDEBİLİYORUM

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Temel duyguları tanır.
* Doğru-yanlış davranışlarla karşılaştığında duygularını ifade eder.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* EK-1 (Mutlu Yüz Maskesi Görseli)
* EK-2 (Üzgün Yüz Maskesi Görseli)
* EK-3 (Öfkeli/KızgınYüz Maskesi Görseli)
* EK-4 (Korkmuş Yüz Maskesi Görseli)

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

> Çocuklara maskeleri göstererek “Sevgili çocuklar, bugün bazı duyguları ve bu duyguları nasıl ifade edeceğimizi öğreneceğiz. Burada (maskeleri çocuklara göstererek) bir mutlu yüz, bir üzgün yüz, bir öfkeli/kızgın yüz, bir korkmuş yüz maskesi var." der ve maskeleri çocuklara dağıtır.

> Daha sonra, aşağıdaki soruları çocuklara yöneltir:

> ***“Arkadaşınız size izinsiz dokunduğunda neler hissedersiniz1?”*** der ve her ço­cuktan, uygun maskeyi takmasını/yüzüne tutmasını ister. Eğer sınıftaki çocukların hepsi aynı maskeyi takmış ise çocukların hangi duyguyu yaşadığını söyler (Örne­ğin “Hepimiz şu anda kızgınız” vb.). Eğer farklı maskeler takılmış ise aynı durum­larda kişilerin farklı duygular da hissedebileceğini vurgular.

> *“****Doğum gününüzde size hediye verildiğinde neler hissedersiniz'?”*** der ve her ço­cuktan, uygun maskeyi takmasını/yüzüne tutmasını ister. Eğer sınıftaki çocukların hepsi aynı maskeyi takmış ise çocukların hangi duyguyu yaşadığını söyler (Örneğin “Hepimiz şu anda mutluyuz” vb.). Eğer farklı maskeler takılmış ise aynı durumlarda kişilerin farklı duygular da hissedebileceğini vurgular.

> ***“Tanımadığınız birisi yanınıza yaklaşıp size dokunmak isterse neler hissedersi­niz?"*** der ve her çocuktan, uygun maskeyi takmasını/yüzüne tutmasını ister. Eğer sınıftaki çocukların hepsi aynı maskeyi takmış ise çocukların hangi duyguyu ya­şadığını söyler (Örneğin “Hepimiz şu anda korkuyoruz” vb.). Eğer farklı maskeler takılmış ise aynı durumlarda kişilerin farklı duygular da hissedebileceğini vurgular.

> ***“Çok sevdiğiniz bir oyuncağınız kırılırsa neler hissedersiniz?”*** der ve her çocuk­tan, uygun maskeyi takmasını/yüzüne tutmasını ister. Eğer sınıftaki çocukların hepsi aynı maskeyi takmış ise çocukların hangi duyguyu yaşadığını söyler (Örneğin “Hepimiz şu anda üzgünüz” vb.). Eğer farklı maskeler takılmış ise aynı durumlarda kişilerin farklı duygular da hissedebileceğini vurgular.

> Buna benzer soruları arttırarak etkinliğin süresini sınıfın ihtiyacına göre ayarlayabilir.

> “Sevgili çocuklar, gördüğünüz gibi farklı durumlar karşısında farklı duygular hissedebiliyoruz. Hatta aynı durum karşısında da insanlar farklı duygular his­sedebilir. Bazen kendimizi daha iyi bazen daha kötü hissederiz. Hissettiğimiz tüm duygular normaldir ve herkes zaman zaman bu duyguları yaşar.” der ve etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Grubun genel eğiliminden çok belirgin biçimde ayrışan çocuklar varsa uygulayıcı tarafından not edilmesi ve altında yatan etkenler araştırılmasının gerekebileceği unutulmamalıdır.

*J* Etkinlik öncesinde sınıftaki öğrenci sayısı kadar, her dört maskeden de çoğaltıla­caktır (Etkinliği uygulamadan bir gün önce maskeler çocuklarla birlikte hazırlana­bilir.).

*J* Küçük yaş gruplarında etkinlik süresi azaltılabilir.

*J* Sınıf mevcudunun fazla olması durumunda ekleri maske biçiminde hazırlamak yerine, her biri A4 kâğıdı biçiminde çoğaltılarak dağıtılabilir.

J Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapıla­cak uyarlamalar;

❖ Maske takmak istemeyen öğrenciler zorlanmaz. Bunun yerine uygun yüz ifade­sini belirten maskeyi göstermesi ya da havaya kaldırması istenebilir.

❖ Görme yetersizliği olan öğrenciler sözel olarak duygusunu ifade edebilir.









ETKİNLİK ADI

SINIFIN YENİ ARKADAŞI

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Çocuk hakları ile ilgili olarak farkındalık geliştirir.
* Güven içinde yaşayabileceği çevreyi ayırt eder.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Renkli fon kartonundan kesilmiş bir çocuk modeli
* Birleşmiş Milletler Çocuk Haklarına Dair Sözleşme (1989)

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

* Elinde çocuk modeliyle sınıfa girer. ***“Sevgili çocuklar, bugün sınıfımıza yeni bir arkadaşımız geldi. Şimdi hep birlikte ona bir isim bulalım.”*** der. Tahtaya sınıf tarafından önerilen isimleri yazar ve en çok tercih edilen isim, çocuk modelinin ismi olur.
* ***“Çocukların sahip olduğu haklar nelerdir?”*** diye sorar ve cevapları alır. Çocuk Hakları Sözleşmesinden (1989) yararlanarak gerekli eklemeleri yapar.
* Daha sonra tahtayı dörde ayırarak;
* “Yeni Arkadaşımıza Göstermemiz Gereken Davranşlar”
* “Yeni Arkadaşımızın Hakları”
* “Yeni Arkadaşımızın Güvendiği Kişiler”
* “Yeni Arkadaşımızın Özel Bölgeleri” başlıklarını yazar.

> *“****Yeni arkadaşımız hangi haklara sahiptir?”*** diye sorar ve sınıftan gelen cevapları tahtadaki ilgili bölüme yazar.

> ***“Yeni arkadaşımıza nasıl davranmamız gerekmektedir?”*** diye sorar ve sınıftan gelen cevapları tahtadaki ilgili bölüme yazar.

> “Yeni arkadaşımızın yakın çevresinde kimler vardır, kimlere güvenebilir?” diye sorar ve sınıftan gelen cevapları tahtadaki ilgili bölüme yazar.

> ***“Yeni arkadaşımızın özel bölgeleri nerelerdir?”*** diye sorar ve sınıftan gelen ce­vapları tahtadaki ilgili bölüme yazar. Maket üzerinde bu bölgeleri tanıtır (Her iki cinsiyet için de özel bölgeleri tekrar vurgular.).

> “Sevgili çocuklar, bugün aramıza yeni bir arkadaşımız katıldı. Arkadaşımız

sayesinde çocuk olarak hangi haklara sahip olduğumuzu, bize nasıl davranıl- ması gerektiğini, yakın çevremizde kimlere güvenebileceğimizi öğrendik ve özel bölgelerimizin nereler olduğunu hatırladık. Şimdi hepinizden arkadaşı­mız ’ya teşekkür etmenizi istiyorum.” der ve etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Öğretmenin, Çocuk Hakları Sözleşmesini etkinlikten önce edinip, inceleyip ve not­lar çıkarması, etkinlik sırasında işini kolaylaştırabilir.

*J* Maketin boyutu, işlevsellik açısından 100 cm’den az olmamalıdır.

*J* Maket, daha sert bir malzemeden (mukavva, karton vb.) kesilerek de oluşturulabilir.

*J* Etkinlik okul öncesinde ve ilkokul 1. sınıflarda uygulanırken akış süreci içerisinde belirtilen yazma işlemleri yerine yalnızca konuşma yolu seçilebilir ya da uygun gör­seller oluşturulabilir.

J Bu etkinlik “Bu Benim Bedenim, Bedenimi Bilirim” etkinliğinden sonra uygulanırsa “özel bölgeler” konusu daha iyi pekiştirilmiş olur.

J “Özel Bölgeler” ile ilgili başlık işlenirken vücut dokunulmazlığı ve vücut/beden sınır­larının korunmasına ilişkin hakların vurgulanması, kazanımlara ulaşmada bütünlük sağlayacaktır.

J Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapıla­cak uyarlamalar;

❖ Rehberlik öğretmeni, soru sorarken öğrencilerin cevap vermesi için olanak yaratır. ❖ Görme yetersizliği olan öğrencilerde oyuncak bebeklerden yararlanılabilir.

❖ Çocuk hakları, özel eğitime ihtiyacı olan öğrencilerin anlayabileceği biçimde ör­neklerle, sade ve kısa cümlelerle anlatılmalıdır.

ETKİNLİK ADI

BU BENİM BEDENİM, BEDENİMİ BİLİRİM

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Bedenindeki özel bölgeleri bilir.
* Özel bölgelerine kendisi dışındaki kişilerin dokunmaması gerektiğini fark eder.
* Beden sınırlarını korumak için nelere dikkat edeceğini bilir.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* EK-1 (Kız Çocuk Figürlü Boyama Kâğıdı) (A1 ya da A2 kâğıda alınmış çıktı)
* EK-2 (Erkek Çocuk Figürlü Boyama Kâğıdı) (A1 ya da A2 kâğıda alınmış çıktı)
* EK-3 (Kız ve Erkek Çocuk Figürlü Boyama Kâğıdı)
* Renkli Pastel Boyalar

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

> “Sevgili çocuklar, bugün sîzlerle bedenimizle ilgili bir etkinlik yapacağız ve be- denimizi/beden sınırlarımızı nasıl koruyacağımızı öğreneceğiz. Etkinliğimizin adı ‘Bu Benim Bedenim, Bedenimi Bilirim’ Şimdi tahtaya asacağım resimlere (EK-1 ve EK-2) bakalım ve hep beraber bu resimleri inceleyelim.” der ve resimler üzerinden beden tanıtımı yapar:

> “Sevgili çocuklar, gördüğünüz gibi, hepimizin yüzü, gözü, saçı, eli, kolu, baca­ğı, ayakları (vb. sıralamaya devam eder.) var. Bedenimizin tamamı bize aittir. Bedenimize biz istemeden ve biz izin vermeden hiç kimse dokunamaz. Bir de bedenimizin özel bölgeleri vardır. Bedenimizin özel bölgeleri, iç çamaşırımızla kapattığımız (tuvaletimizi yaptığımız) bölgelerdir (Resim üzerinden gösterir.). Kızların memeleri de onların özel bölgeleridir (Resim üzerinden gösterir.).” der ve devam eder:

> “Tanıdığımız insanlar bize sarılmak istediklerinde ya da bizi yanağımızdan öp­mek istediklerinde, bize sormalılar ve bunun için bizden izin almalılar. İnsan­lar, eğer biz izin verirsek bize sarılabilirler, bizi yanağımızdan öpebilirler. Bizler de yakınlarımıza, arkadaşlarımıza sarılmak ya da onları öpmek istediğimizde önce onlardan izin almalıyız.” (Eğer çocuklardan insanların dudaktan da öpü- şebildiğine dair açıklamalar ya da sorular gelirse, “Hiç kimse bizi dudağımızdan öpemez. Yalnızca yetişkinler yani büyük kadınlar ve erkekler, anneler ve baba­lar birbirlerini dudaktan öpebilirler. Çocuklar dudaktan öpülmezler.” biçimin­de bir açıklama yapılabilir.). " der devam eder:

> “Özel bölgelerimize ise bizden izin alarak bile hiç kimse dokunamaz. Yalnız­ca annemiz ya da bizim bakımımızdan sorumlu olan bir başka büyüğümüz, yıkanırken ve tuvaletimizi yaptıktan sonra temizlenmemize yardımcı olmak amacıyla özel bölgelerimize dokunabilir. Aynı biçimde, giysilerimizi değiştirir­ken de annemiz, babamız ya da bizim bakımımızdan sorumlu olan bir başka büyüğümüzbize yardımcı olabilir (Okul öncesinde bu kişilere öğretmen ya da yardımcı abla da eklenmelidir.). Kendi başımıza yıkanmayı, tuvalet sonrası te­mizliğimizi yapmayı ve giyinmeyi öğrendikten sonra ise hiç kimseden yardım almamıza gerek kalmaz. Çocuklar biliyor musunuz, bir de doktorlar bizi mu­ayene etmek için, sağlığımızı korumak ya da bizi iyileştirmek için bedenimize yani vücudumuza bakabilirler, dokunabilirler ama yalnızca ailemiz bizim ya- nımızdayken ve onlar izin verdiği zaman!" der.

> Boyama kâğıtlarını (EK-3) çocuklara dağıtır ve ***“Şimdi hep birlikte elimizdeki re­simlere bakalım. Herkes eline kendi istediği renkte bir boya alsın. Resimdeki çocukların özel bölgelerinin üzerini boyasın.”*** der. Boyama bittikten sonra, ço­cuklardan resimlerini havaya kaldırarak kendisine göstermelerini ister. Yanlış ya da eksik boyayanlara, uygun geri bildirimleri verir. Etkinliği doğru biçimde tamamla­malarını sağlar ve aşağıdaki gibi bir açıklama ile etkinliği sonlandırır:

* “Sevgili çocuklar, bugünkü etkinliğimizde bedenlerimizin özel bölgelerinin ne­reler olduğunu, özel bölgelerimize bazı durumlar dışında kimsenin dokunma­ması gerektiğini ve beden sınırlarımızı/bedenimizi nasıl koruyacağımızı öğren­dik. Artık bu konuda çok daha dikkatli davranacağınıza inanıyorum.” der.
* Resimleri eve götürüp odalarına asmalarını ve zaman zaman bu resme bakarak özel bölgelerini ve beden sınırlarını nasıl koruyacaklarını hatırlamalarını söyler.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Etkinlik akışı içerisinde yer yer belirtilmiş olsa da, etkinliği uygularken yapılan açıklamalar ve kullanılan ifadelerde okul öncesi ve ilkokul öğrencilerinin gelişim özelliklerine dikkat edilmelidir.

*J* Okulun bulunduğu çevrenin sosyal-kültürel özellikleri ve eğitim gereksinimleri göz önünde bulundurarak etkinliğin içeriği zenginleştirilebilir.

*J* Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapılacak uyarlamalar;

* Sınıfta bedensel yetersizliği olan bir çocuk varsa *“Çocuklar hepimizin yüzü, gözü, eli, kolu, bacağı, ayakları var.”*ifadesi gerekli biçimde uyarlanarak kullanılmalıdır.
* Görme yetersizliği olan öğrenci varsa EK-1 yerine oyuncak bebek kullanılabilir. Oyuncak bebeğe dokunarak özel bölgelerin yerleri tanıtılabilir.
* EK-3’teki boyama etkinliğinde boyamak istemeyen öğrenci zorlanmaz. Bunun yerine boyanacak bölgeyi yalnızca işaretleyebilir, söyleyebilir ya da gösterebilir.







ETKİNLİK ADI

GÜVEN HARİTAM

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Güven içinde yaşayabileceği okul ve çevresini ayırt eder.
* Güvenli yaşamı engelleyecek riskleri tahmin eder.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Renkli Boya Kalemleri
* EK-1 (Kroki ^ Okuldaki ve çevresindeki bölümleri/alanları gösteren taslak çizim)

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

* Etkinliğe başlamadan önce, kullanılacak olan kroki hakkında öğrencilere açıkla­malarda bulunur.
* “Sevgili çocuklar, bugün sîzlerle ‘Güven Haritam’ adında bir etkinlik yapaca­ğız. Bazı yerlerde kendimizi güvende hissederken bazı yerlerde güvende olma­dığımızı hissedebiliriz. Şimdi sizlere okulumuzun içindeki bölümleri ve okulu­muzun çevresindeki yerleri gösteren bir kroki/çizim dağıtacağım.” der. Okul ve çevresini gösteren krokiden her bir öğrenciye ayrı ayrı dağıtır.

> “Sevgili çocuklar, şimdi bu çizimlere bakalım. Okulumuzdaki ve çevresindeki yerleri düşünerek kendinizi mutlu, rahat ve güvende hissettiğiniz yerleri yeşil kalem ile kötü, mutsuz, güvensiz hissettiğiniz yerleri ise kırmızı kalem kulla­narak işaretlemenizi istiyorum. Bu işlemi kendiniz ve arkadaşınız için ayrı ayrı yapabilirsiniz. Kendinizle ilgili işaretlemeleri yaptıktan sonra, arkadaşı için de işaretleme yapmak isteyenlere yeni kâğıt vereceğim.” der ve çocukların işaret­lemelerini tamamlamalarını bekler. Çocukların kroki üzerine eklemeler (krokide belirtilmemiş yerler vb.) yapabileceğini hatırlatır.

> Gönüllü öğrencilerden kendilerini güvende hissettikleri ve güvende hissetmedik­leri ortamları paylaşmalarını ister (Arkadaşları ile ilgili paylaşımlar istenmez.) ve kâ­ğıtları toplar.

> “Sevgili çocuklar, burada paylaşamadığınız ya da daha sonra kendinizi güven­de hissetmediğiniz başka yerler de olursa benimle ya da güvendiğiniz bir bü­yüğünüzle paylaşabilirsiniz.” der ve etkinliği sonlandırır.

> Daha sonra, kâğıtları tek tek inceleyerek okul içi ve çevresinde öğrencilerin kendi­lerini kötü, mutsuz, güvensiz hissettikleri yerler için bireysel görüşmeler yapar. Ar­kadaşı için işaretleme yapan çocuklarla da gerekli paylaşımları yürütür. Çocukların çoğunluğunun kendisini güvensiz hissettiği yerleri okul idaresine bildirir.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Rehberlik öğretmeni ekte sunulan örnek krokiyi okulun katlarını dikkate alarak kendi okuluna uyarlayarak çizebilir.

*J* Etkinlik sırasında arkadaşı için işaretleme yapmak isteyen öğrencilere işaretleme yapacağı arkadaş sayısı kadar EK-1’den verilir.

*J* Bu etkinliği okul öncesinde, ilkokul 1. sınıfta ve özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler­le uygularken hem çocuklar okuma yazma bilmedikleri için krokide yazılan yerleri okuyamayacaklarından hem de gelişim özellikleri sonucunda krokiyi anlamlandır­mak zor olabileceğinden, krokide yazı yerine temsili küçük resimler kullanılabilir ve öğretmen kroki üstündeki yerleri adım adım göstererek neresi olduğunu söyler ve her adımda (bir sonraki yere geçmeden) işaretlemeleri için çocuklara süre tanır.

J Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapıla­cak uyarlamalar;

❖ Öğrenci, sınıfta yapılan etkinlikte kendini ifade etmekte güçlük çekerse, öğrenci ile ayrıca bireysel bir çalışma yapılır. Rehberlik öğretmeni, öğrenciyle birlikte kro­kide yer alan bölümleri tek tek gezerek, her bölümde öğrenciye “Kendini burada nasıl hissediyorsun?” gibi açık uçlu sorular sorar. Sözel olarak cevap veremeyecek öğrenciler için duygu kartları kullanabilir.

ÇOKAMAÇLI SALON

HİZMETLİ

ODASI

TUVALET

TUVALET

KORİDOR

GİRİŞ

OKUL BAHÇESİ

CİNSEL İSTİSMAR TRAVMASI



ETKİNLİK ADI

MELODİ

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Cinsel istismar anında neler yapabileceğine yönelik farkındalık kazanır.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Etkinlik içerisinde kullanılacak melodi/müzik

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

* “Sevgili çocuklar, bugün sîzlerle ‘Melodi’ adında bir etkinlik yapacağız. Bu et­kinliğimizde kötü bir dokunuşla karşılaştığımızda neler yapmamız gerektiğini öğreneceğiz." der ve sınıfı dört gruba ayırır (Dört yer/durak belirler.).
* Birinci gruba, bağırarak *“Hayır, dur!"* deme görevini verir.
* İkinci gruba *“Oradan hemen uzaklaş."* deme görevini verir.
* Üçüncü gruba “Güven duyduğun bir büyüğüne söyle." deme görevini verir.
* Dördüncü gruba “Biri seni dinleyinceye kadar anlatmaya devam et." deme göre­vini verir.
* Önceden belirlediği melodi eşliğinde, 1. gruptan başlayarak sırayla cümleleri söyletir.
* Daha sonra grupların yerlerini değiştirerek, yerine geçtikleri grubun cümlesini söyletir ve melodi eşliğinde cümlelerin tekrar edilmesini sağlar.
* Dört cümleyi her grup da söyledikten sonra, bu sefer bütün sınıfla birlikte:

“Eğer kötü bir dokunuşla karşılaşırsam,

‘HAYIR!' derim,

ORADAN hemen uzaklaşırım,

GÜVEN duyduğum bir büyüğüme söylerim,

***Biri beni dinleyinceye kadar anlatmaya DEVAM EDERİM.”*** cümlelerini hep bera­ber 4-5 kez tekrarlarlar ve aşağıdaki gibi bir özetleme yaparak etkinliği sonlandırır:

* “Sevgili çocuklar, sizi rahatsız eden, üzen, korkutan ve güvende hissetmemeni­zi sağlayan kötü bir dokunuşla karşılaştığınızda, biraz önce öğrendiklerimizi uygulayarak kendinizi koruyacağınıza inanıyorum.” der ve etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Bu etkinlğin, “iyi-kötü dokunuş” konusunun işlendiği etkinliklerden ve “Bu Benim Bedenim, Bedenimi Bilirim” etkinliğinden sonra uygulanması, konuların anlam bütünlüğünün sağlanması ve kazanımların desteklenmesi açısından daha yararlı olacaktır.

*J* Her bir ifade en az 4 kez tekrar edilir.

*J* Rehberlik öğretmeni, sınıf öğretmeninden yardım alarak sınıf seviyesine uygun bir melodi/müzik belirler.

J Rehberlik öğretmeni, gereksinim duyarsa 4 durakta söylenen ifadelerin açıklamasını yapar.

J Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapılacak uyarlamalar;

* Kötü bir dokunuşla karşılaştıklarında “Hayır!” ile birlikte çığlık atması öğretilebilir.
* Grup içinde cümleleri söylemediği fark edilirse, öğrenciyle bireysel olarak ilgilenilebilir.
* Rehberlik öğretmeni, ihtiyaç duyduğunda tekrar sayısını artırabilir.

ETKİNLİK ADI

“HAYIR!” DİYORUM, SINIRIMI KOYUYORUM

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Kişisel ve bedensel sınırın önemini kavrar.
* “Hayır!” diyerek sınırını koruyabildiğini fark eder.
* “Hayır!” diyebilme becerisini geliştirir.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* EK-1 (Okul Öncesi İçin Soru Cümleleri)
* EK-2 (İlkokul İçin Soru Cümleleri)

SÜRE

En az 1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

* “Sevgili çocuklar, bugünkü etkinliğimizde sîzlerle bir oyun oynayacağız. Bunun için hep beraber bir daire/çember oluşturacağız. Haydi bakalım, gelin.” der ve etkinliği başlatır.
* Öğrencilerden bir daire oluşturmalarını ve yüzleri dairenin dışına, sırtları dairenin içine bakacak biçimde dönmelerini ister.
* “Şimdi sizlere bazı sorular soracağım. Ben soruyu sorduktan sonra ‘evet’ diyen­ler bir adım ileri atacak, ‘hayır’ ise bulunduğu yerde kalacak.” der ve yaş grubu­na uygun olan soruları okumaya başlar.

> Yeni soruya geçmeden önce “Evet.” diyenlerin tekrar bir adım geri atarak dairedeki eski yerlerine dönmüş olmalarını sağlar (Bir başka deyişle, her soruda yeni baştan ters daire oluşturulur. “Evet.” diyenler sorular devam ettikçe ilerlemeye devam et­mezler.).

> Her sorunun cevabını aldıktan sonra, sorunun doğru cevabını ve nasıl davranılması gerektiğini, gerekçeleriyle birlikte öğrencilere açıklar.

> Tüm sorular cevaplandıktan sonra “Sevgili çocuklar, size sorduğum bütün bu soruların cevaplarının ‘hayır’ olması gerektiğini ve neden ‘Hayır!’ dememiz gerektiğini öğrendik. Şimdi aynı soruları tekrar hızlıca okuyacağım. Artık hep beraber ‘Hayır!’ diye bağırabiliyor muyuz, görelim bakalım.” der ve her soruyu okuduktan sonra hep beraber “Hayııııırrr!” diye bağırmalarını sağlar, kendisi de ço­cuklara eşlik eder.

> “Sevgili çocuklar, hiç kimse bizi doğru olmayan davranışlar yapmaya zorlaya­maz ve hiç kimse vücudumuzun dokunulmaması gereken özel yerlerine do­kunarak bizi rahatsız edemez. Eğer rahatsız olduğunuz ve sizi mutsuz eden, üzen, korkutan davranışlara “Hayır!” derseniz hem kendinizi kötü davranışlara karşı korumuş olursunuz hem de kendine daha çok güvenen, kendinden emin olan, daha mutlu ve huzurlu insanlar olursunuz.” der ve etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Bu etkinlik, “özel bölgelerimiz” (“Bu Benim Bedenim, Bedenimi Bilirim”, “Sınıfın Yeni Arkadaşı” etkinlinlikleri) ve “iyi-kötü dokunuş” kavramları öğretildikten sonra uygulanmalıdır.

*J* Eklerde “sır tutma” konusunun geçtiği maddelerle ilgili olarak “iyi sır-kötü sır” kav­ramından söz edilebilir.

*J* Hava koşulları uygunsa etkinlik bahçede yapılır. Hava koşulları uygun değilse, okul binası içinde “çok amaçlı salon” ya da “spor salonu” vb. bir geniş alanda yapılması tercih edilmelidir.

J Etkinlik, okul öncesi gruplarla uygulanırken, öğrencilerin sandalyelere oturarak çember oluşturması sağlanabilir. “evet-hayır” yönergesi de ayağa kalkma-oturma biçiminde verilebilir.

J Eklerde yer alan soruların özelliklerine göre öğrencilere, konuyu rehberlik öğretmeni ya da güvendikleri başka bir yetişkinle mutlaka konuşmaları gerektiği söylenmelidir.

J Eğer tüm soruların sorulması ve değerlendirilmesi bir ders saatine yetişmezse, so­rular ikiye bölünüp iki ders saatinde uygulanabilir.

J Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapıla­cak uyarlamalar;

❖ Bedensel yetersizliği olan öğrenciler etkinliğe oturarak katılabilir.

EK-1

Okul Öncesi İçin Soru Cümleleri

1. Okulda çok sevdiğin bir arkadaşın, başka bir arkadaşını göstererek *“Ben artık onunla oynamayacağım ve senin de onunla oynamanı istemi­yorum.”* dedi. Arkadaşının dediğini yapar mısın?
2. Okul gezisine giderken arkadaşlarınla sıraya girmeniz gerekiyor. Öğret­men sana *“Bu sefer en önde durma sırası sende.”* dedi. Ama arkadaşın sana *“En öne benim geçmeme izin vermezsen, bir daha seninle oyna­mam.”* dedi. Arkadaşının en öne geçmesine izin verir misin?
3. Sınıfta oyun oynarken arkadaşın *“O oyuncakla ben oynamak istiyor­dum. Eğer onu bana hemen vermezsen, bir daha benimle konuşma.”* dedi. Arkadaşına oyuncağı verir misin?
4. Annenle/babanla birlikte otobüse bindiniz ve otobüsteki koltukların hepsi dolu. Koltukta oturan amcalardan biri *“Benim kucağıma otura­bilirsin.”* dedi. Onun kucağına oturur musun?
5. Parkta tanımadığın bir yetişkin, sana en sevdiğin yiyecekten vermek istedi. Kabul eder misin?
6. Komşunuz, ailene haber vermeden seni evine davet etti ve *“Yeni bir oyuncak aldım. Haydi, benim evime gel de sana göstereyim.”* dedi. Ailenden izinsiz onun evine gider misin?
7. Parkta oyun oynarken biri yanına geldi ve elinde tuttuğu çok şirin bir kedi yavrusunu sevmene izin verdi ve *“Bende daha bir sürü böyle tat­lı kedi yavrusu var, eğer benimle gelirsen hepsini sana gösteririm ve sevmene izin veririm.”* dedi. Onunla gider misin?
8. Bir komşunuzla karşılaştınız. Seni öpmek üzere aşağıya doğru eğildi ya da sana *“Seni öpebilir miyim?”* diye sordu. Ama seni öpmesini istemi­yorsun. Onun seni öpmesine izin verir misin?
9. Tanıdığın birine sarılırken senin özel bölgelerine dokunmaya başladı. Sen şaşırınca ve rahatsız olunca da *“Ama ben sana sevgimi gösteriyo­rum, seni seviyorum.”* dedi ve dokunmaya devam etmek istedi. Senin özel bölgelerine dokunmasına izin verir misin (Özel bölgelerin bedeni­mizin hangi bölgeleri olduğu hatırlatılır.)?

**10)**Tanımadığın bir yetişkin sana *“Ben annenin/babanın arkadaşıyım, size gelecektim ama evinizi bulamadım. Bana evinizin yerini tarif eder misin?”* dedi. Evinizin yerini ona tarif eder misin/gösterir misin?

1. Arkadaşın özel bölgeni görmek istedi. Ona özel bölgeni açıp gösterir misin?
2. Annen, baban ya da başka biri seni dudağından öpmek istedi. Öpme­sine izin verir misin?
3. Sana yeni bir pantolon almak üzere bir mağazaya gittiniz. Tüm giyin­me kabinleri dolu. Annen, alacağınız pantolonu hemen denemen için, senin pantolonunu herkesin içinde çıkarmak istedi. Annene izin verir misin?
4. Tanımadığın biri sana *“Haydi seninle bir oyun oynayalım ama bunun için yalnızca ikimizin olacağı bir yere gitmemiz lazım. Benim dedi­ğim her şeyi yaparsan oyunu kazanırsın ve o zaman sana istediğin oyuncağı alırım.”* dedi. Onunla birlikte gider misin?
5. Birisi sana, kendi özel bölgelerini işaret ederek *“Bana dokunur musun, biri bana dokununca çok mutlu oluyorum.”* dedi. Onun özel bölgeleri­ne dokunur musun?
6. Birisi, senin hoşlanmayacağın bir şekilde vücuduna dokundu ve vücu­dunla ilgili bir oyun oynamak istedi. *“Ama bu oyun aramızda sır olarak kalsın, hiç kimseye söyleme. Eğer oynadığımız bu oyunu birine söyler­sen, ailene zarar veririm.”* dedi. Bunu bir sır olarak saklar mısın?

EK-2 İlkokul İçin Soru Cümleleri

1. Sınıfta yakın bir arkadaşın bir başka arkadaşınla tartıştı ve sana *“Artık onunla arkadaşlık yapmak ve oyun oynamak istemiyorum. Sen de artık onunla konuşma ve oynama.”* dedi. Arkadaşının isteğini yerine getirir misin?
2. Arkadaşın ev ödevini yapmadı ve sana *“Haydi, öğretmen gelmeden benim ödevimi de sen yap.”* dedi. Onun ödevini yapar mısın?
3. Teneffüste dışarı çıkmak istemiyorsun. Arkadaşın onunla dışarı çıkma konusunda seni zorladı ve *“Eğer benimle dışarı gelmezsen, bir daha seninle konuşmam.”* dedi. Onunla dışarı çıkar mısın?
4. Annenle birlikte bir akrabanızı ziyaret etmek için otobüse bindiniz ve otobüste oturacak boş bir koltuk kalmamış. Koltukta oturan amcalar­dan biri *“Benim kucağıma oturabilirsin.”* dedi. Onun kucağına oturur musun?
5. Parkta tanımadığın bir yetişkin, sana en sevdiğin yiyecekten vermek istedi. Kabul eder misin?
6. Komşunuz, ailene haber vermeden seni evine davet etti. Ailenden izin­siz onun evine gider misin?
7. Yabancı bir yetişkin, okul çıkışında yanına gelerek *“Ben, senin annenin/ babanın arkadaşıyım. Annen/baban bugün seni okuldan benim al­mamı istedi. Haydi, benimle gel.”* dedi. Onunla gider misin?
8. Tanımadığın bir yetişkin sana *“Ben, annenin/babanın arkadaşıyım, size gelecektim ama evinizi bulamadım. Bana evinizin yerini tarif eder misin?”* dedi. Evinizin yerini ona tarif eder misin/gösterir misin?
9. Tanıdığın biriyle karşılaştın. Seni öpmek istedi ama seni öpmesini iste­miyorsun. Onun seni öpmesine izin verir misin?
10. Tanıdığın birine sarılırken senin özel bölgelerine dokunmaya başladı.

Sen şaşırınca ve rahatsız olunca *“Ama ben sana sevgimi gösteriyorum.”* dedi ve dokunmaya devam etmek istedi. Ona izin verir misin (Özel böl­gelerin vücudumuzun hangi bölgeleri olduğu hatırlatılır.)?

1. Dolmuşta ya da otobüste ayakta duruyorsun. Bir yetişkin sana *“Benim kucağıma oturabilirsin.”* dedi. Onun kucağına oturur musun?
2. Arkadaşın özel bölgeni görmek istedi. Ona izin verir misin?
3. Annen, baban ya da başka bir akraban seni dudağından öpmek istedi. İzin verir misin?
4. Sana yeni bir pantolon alacaksınız. Bütün deneme kabinleri dolu ol­duğu için annen herkesin içinde senin pantolonunu çıkarmak istedi. Annene izin verir misin?
5. Tanıdığın ya da tanımadığın biri seninle bir oyun oynamak istediği­ni söyledi. *“Ama bunun için yalnız kalabileceğimiz bir yere gidelim. Benim dediğim her şeyi yaparsan oyunu sen kazanırsın ve o zaman sana istediğin oyuncağı alırım. Oyunumuzun en önemli kuralı benim vücudumda gösterdiğim yerlere dokunmak.”* dedi. Onunla gidip de­diklerini yapar mısın?
6. Arkadaşın sana *“Benim tanıdığım bir amca var. Bana, istediğim her şeyi alıyor ama karşılığında bazı şeyler yapmamı istiyor. Birlikte yap­tığımız her şey onunla ikimizin arasında sır. Eğer istersen, okul çıkışın­da seni de onun yanına götüreyim. Sen de onun dediklerini yaparsan, sana da istediğin her şeyi alır.”* dedi. Arkadaşınla gider misin?
7. Bir arkadaşın sana, *“Biri benim vücudumun özel bölgelerine dokunu­yor. Ben hem çok korkuyorum hem de çok rahatsız oluyorum ama bunu yalnızca sana söyledim. Hiç kimseye söyleme.”* dedi. Bu sırrı tu­tar mısın?
8. Birisi senin hoşlanmayacağın bir şekilde vücuduna dokundu ya da vü­cudunla ilgili bir oyun oynamak istedi. *“Bu, aramızda sır olarak kalsın, eğer birine söylersen, ailene zarar veririm.”* dedi. Bunu bir sır olarak saklar mısın?

ETKİNLİK ADI

YALNIZ OLMAM GEREKEN YERLER

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Mahremiyetini korumak için yalnız olması gereken yerleri bilir.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Boya kalemleri
* EK-1 (Boş Tuvalet Görseli)
* EK-2 (Boş Çocuk Yatağı Görseli)
* EK-3 (Boş Küvet Görseli)
* EK-4 (Giyinen Çocuk Görseli)
* Ek-5 (Dört Farklı Durumun Çocuk Figürleriyle Belirtildiği Boyama Kâğıdı)

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

* “Sevgili çocuklar, bugün sîzlerle ‘Yalnız Olmam Gereken Yerler’ adında bir et­kinlik yapacağız. Bu etkinlikte, tek başımıza yani yalnız olarak yapmamız ge­reken işlerden söz edeceğiz.” der ve devam eder:
* “Evlerimizde anne babamızla ya da başka büyüklerimizle beraber yaşıyoruz. Çevremizdeki insanlarla beraber yaptığımız birçok şey var. Birlikte pikniğe gi­deriz, gezmeye gideriz, parka gideriz ama yalnız olmamız gereken yerler ve yalnız yapmamız gereken işler de vardır. Bu yerlerden birisi tuvaletlerdir (EK-1’i göstererek devam eder.)." der.
* “Tuvalette yalnız olmalıyız. Tuvalet sonrası temizliğimizi tamamen kendi başı­mıza yapmayı öğrenene kadar annemiz, babamız ya da bizim bakımımızdan sorumlu olan bir başka büyüğümüz tuvaletimizi yaptıktan sonra yanımıza ge­lip temizlenmemiz için bize yardım edebilir.” der.
* “Yalnız kalmamız gereken bir diğer yer yatağımızdır (EK-2’yi göstererek devam eder.). Yatağımız bize özel bir yerdir, sadece bizimdir. Normalde; annemiz, ba­bamız, akrabalarımız, kardeşlerimiz, arkadaşlarımız yanımızda yatmamalı­lar. Ancak hepimizin evlerimizde sahip olduğumuz koşullar aynı olmayabilir yani hepimizin kendine ait bir odası ve yatağı olmayabilir. Böyle bir durumda geçici olarak koşullarımız düzelene kadar aile bireylerinin yanında yatmamız gerekebilir. Yine de doğru olanın, kendi yatağımızda yalnız yatmamız olduğu­nu öğrenmiş olduk.” der.
* “Yalnız olmamız gereken bir başka yer de banyodur (EK-3’ü göstererek devam eder. Burada küvet, temsili resimdir. Küvet, duş ya da farklı banyo alternatifleri ko­şuldan koşula değişebilir. Önemli olan, yıkanma işinin yalnız yapılmasının vurgu- lanmasıdır.). Tek başımıza yıkanmayı öğrenene kadar banyo yaparken sadece bizim bakımımızdan sorumlu olan kişiler yani annemiz, babamız, anneanne­miz vb. bize yardım edebilirler. (EK-4’ü göstererek) Giysilerimizi değiştirirken, giyinirken de evimizdeki koşullar uygunsa yalnız olmalıyız. Tabii ki kendi ba­şımıza giyinmeyi tamamen öğrenene kadar yine aile bireylerimizden yardım isteyebiliriz.” der ve devam eder:
* “Şimdi sizlere bu konuştuklarımızla ilgili bir boyama kâğıdı dağıtacağım. Hay­di, bunları hep beraber boyayalım.” der ve boyama kâğıtlarını öğrencilere dağıtır.
* Boyamalar tamamlandıktan sonra aşağıdaki açıklama ile etkinliği sonlandırır:
* “Sevgili çocuklar, bugün yalnız olmamız gereken yerleri ve yalnız yapmamız gereken işleri öğrendik. Tuvaletimizi yaparken, yatağımızda uyurken, banyo­da yıkanırken, kıyafetlerimizi değiştirirken yalnız olmalıyız. Bu öğrendiklerimi­zi unutmamak için bir de boyama yaptık. Artık bu konuda çok daha dikkatli davranacağınıza inanıyorum.”

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Bu etkinlik uygulanırken hedef kitlenin gelişim özelliklerine, okulun bulunduğu sosyo kültürel, eğitim ve ekonomik düzeye, çocuklardan gelen paylaşımlara ve so­rulara göre açıklamalara eklemeler yapılabilir. Örneğin okul öncesi kademede üst değiştirme ve tuvalet temizliği işlerine öğretmenin ya da yardımcı ablanın da yar­dım etmesi gereken durumlar olabileceği söylenebilir.

S Eğer etkinlik sırasında çocuklardan “Annem ve babam birlikte yatıyor ama." ya da “İki kişi yatıyorlar." gibi bir geri bildirim gelirse “Sadece anne babalar birlikte yata­bilirler, onların yatakları zaten iki kişiliktir." vb. bir cevap verilebilir.

*S* Küçük yaş gruplarında bu bilgilerin 6 ayda bir tekrar edilmesi bilgilerin kalıcılığını sağlamak açısından önemlidir.

S Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapıla­cak uyarlamalar;

❖ Etkinlik sırasında boyama yapmayı reddeden, boyayamayan ya da görme ye­tersizliği veya bedensel yetersizliği olan öğrencilerle rehberlik öğretmeni, resim hakkında konuşabilir. Boyama konusunda öğrenci zorlanmamalıdır.











B. ORTAOKUL - LİSE ÖĞRENCİ ETKİNLİKLERİ\*

|  |  |
| --- | --- |
| **Etkinlik Adı:** | **Kazanımlar:** |
|  | • Güvenli yaşamı riske sokabilecek durumları tahmin eder.• Güvenli yaşamı riske sokabilecek durumlar için çözüm |
| Bundan Sonra | önerileri getirir.* Güven içinde yaşayabileceği çevreyi ayırt eder.
* Sosyal medyanın yanlış kullanımının sonuçlarını fark eder.
* Güvenilir olan ve tehlikeli olan kişileri ayırt etme ile ilgili
 |
| İstasyonlarım | farkındalık kazanır.* Yardım alabileceği kişileri ve kurumları bilir.
* Özel hayatın gizliliğinin önemini kavrar.
* Kişisel sınırlarını belirler.
 |
| Ne Zararı Var | * Yardım alacağı yerleri bilir.
* Güvenli internet kullanımını öğrenir.
* İstismara uğramış birinin neler hissedebileceğine ilişkin
 |
| Duygu Durağı | duyguları anlar.* İstismar durumlarında alınabilecek destek kaynaklarını bi­lir.
* İstismarın tanımı ve türlerini bilir.
 |

Benim Başıma Gelir .

• İstismar durumlarında nereden ve kimlerden yardım alabi- mi?

|  |  |
| --- | --- |
| Hedef Tahtası | leceğini bilir.* İhmali tanımlar.
* İstismarı tanımlar.
* İstismar türlerini bilir.
* İstismar türlerini ayırt eder.
 |
| Farkındayım, Yanındayım | • Duyguları anlama ve sorun çözme becerilerini geliştirir. |

**\*** Uygulayıcı, etkinlikleri uygulamadan önce gerek görürse grubun ve ortamın özelliklerine uygun bir ısınma etkinliği kullanmalıdır.

ETKİNLİK ADI

BUNDAN SONRA

TRAVMATÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Ortaokul, Lise

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Güvenli yaşamı riske sokabilecek durumları tahmin eder.
* Güvenli yaşamı riske sokabilecek durumlar için çözüm önerileri getirir.
* Güven içinde yaşayabileceği çevreyi ayırt eder.
* Sosyal medyanın yanlış kullanımının sonuçlarını fark eder.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* 3 adet A3 kâğıt
* Farklı Renklerde Gazlı/Keçeli Kalem
* EK-1 (Örnek Olay-1 ve Soru Listesi)
* EK-2 (Örnek Olay-2 ve Soru Listesi)
* EK-3 (Örnek Olay-3 ve Soru Listesi)

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

> *“****Sevgili öğrenciler, bugün sîzlerle ‘Bundan Sonra’ adında bir etkinlik yapaca­ğız."*** der. Sınıfı 3 gruba ayırır ve her gruba bir adet A3 kâğıt ve farklı renklerde gazlı/ keçeli kalemlerden verir.

> “Şimdi, her gruba bir örnek olay ve bu örnek olayla ilgili soruları vereceğim. Dağıtacağım soruların cevaplarını grup olarak belirleyerek elinizdeki A3 kâ­ğıtlarına yazmanızı istiyorum.” der ve her gruba ekte yer alan birer örnek olayı ve sorularını dağıtır.

> Öğrencilerin soruları cevaplamaları için 15 dakika süre tanır. Süre sonunda yazılan­ların, diğer gruplarla paylaşılması için her grubun kendi sözcüsünü seçmesini ister.

> Her grup paylaşımlarını okuduktan sonra, “Sevgili öğrenciler, bu etkinliğimiz­de sosyal medyanın yanlış kullanımının güvenliğimizi nasıl riske sokabile­ceğini öğrendik. Sosyal medya üzerinden kendimize ait paylaşımlarımızın gizliliğine dikkat etmemizin son derece önemli olduğunu gördük. Kişinin onayı olmadan başkalarına ait bilgi ve fotoğrafları paylaşmanın bir suç olduğunu ve başımıza ne gelirse gelsin en güvenli yolun, bu durumu aile­miz ya da güvendiğimiz bir yetişkin ile paylaşmak olduğunu öğrendik.Bu tür riskli durumlarla karşılaşmamak için farklı çözüm önerileri geliştirdik. Sizler, BUNDAN SONRA bu konuda, kendiniz için hangi davranışların riskli, hangi davranışların güvenli olduğu hakkında daha çok bilgi sahibi oldunuz ve kendinizi en iyi biçimde koruyacağınıza inanıyorum.” der. Kâğıtları toplar ve etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Cinsel istismar farklı yerlerden gelebilir, farklı biçimlerde gerçekleşebilir. Bu etkin­likte cinsel istismarın sosyal medya boyutu ele alınmıştır.

*J* Rehberlik öğretmeni, çocukların paylaşımları sırasında “cinsel istismar” riskinin ye­teri kadar dile getirilmediğini fark ederse, gerekli açıklamaları yaparak konuya dik­kat çeker.

*J* Sınıf mevcudunun fazla olması durumunda grup sayısı altıya çıkarılarak aynı “ör­nek olay ve ve soru listesi” iki gruba verilebilir.

J Rehberlik öğretmeni, bilişim suçlarının hukuki yaptırımı hakkında kısa bilgi vere­bilir.

J Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapıla­cak uyarlamalar;

* Eğer sınıfta birden fazla kaynaştırma öğrencisi varsa her grupta birer tane olacak biçimde dağıtılmalıdır.
* Örnek olay ve sorularda yer alan kavramlar etkinlik öncesinde açıklanmalıdır.
* Sosyal medyanın tanımı yapılırken, bilgisayar oyunları ya da cep telefonu aracı­lığıyla yapılan yazışmaların da çeşitli riskler taşıdığı öğrencilere açıklanmalıdır.

EK-1

Örnek Olay-1 ve Soru Listesi

Örnek Olay-1

*Mehmet ve ailesi yurt dışından kesin dönüş kararı alarak Türkiye'ye taşınmışlardır. Eğitimine artık Türkiye'de devam edecek olan Mehmet, yeni okulunda kimseyi tanımamaktadır.*

*Bu nedenle kendisini çok yalnız ve çaresiz hissetmektedir. Sosyal çevresi olmadığı için sıkılmakta, zamanının çoğunu bilgisayar karşısında ve telefonla ilgilenerek geçirmektedir. Sosyal medya hesaplarını sık kullanmaya başlayan Mehmet, buradan farklı yaş gruplarından yeni insanlarla tanışarak konuşmaya başlamıştır. Mehmet, tanıştığı bu insanlardan bazıları ile buluşmayı düşünmektedir...*

Soru Listesi

1. Sizce Mehmet’in yeni insanlarla sosyal medya üzerinden tanışmış ve buluşacak olması, ne tür riskler ortaya çıkarır?
2. Mehmet’in yeni arkadaşlarla tanışma yolu hakkında neler düşünüyorsunuz?
3. Mehmet, arkadaş edinmek için neler yapabilir?
4. Mehmet’in ailesinden bu konuyla ilgili beklentileri neler olabilir?

EK-2

Örnek Olay-2 ve Soru Listesi

|  |  |
| --- | --- |
| ***Örnek Olay-2****Ayşe sosyal medya hesabı üzerinden kişisel bilgilerini, doğum tarihini, okulunu ve en büyük hayalinin ünlü biri olmak olduğunu sık sık paylaşmaktadır. Bir gün herkes tarafından bilinen bir ajansta üst düzey yönetici olduğunu söyleyen birinden mesaj alır. Mesajda katalog çekimleri için yeni yüzler aradıklarını ve eğer isterse hayallerini gerçekleştirmede ona yardımcı olabileceğini ancak bunun için boydan farklı fotoğraflarını göndermesi ve kendisi ile buluşması gerektiğini söylemektedir. Ayşe bu kişiyle sosyal medya hesabından yazışmaya başlar, bu kişiye istediği fotoğrafları gönderir ve buluşma teklifini kabul eder.* | ***Soru Listesi***1. Ayşe’nin sosyal medya üzerinden kişisel bilgilerini ve fotoğraflarını paylaşmasının ne tür olumsuz sonuçları olabilir?
2. Ayşe’nin tanımadığı kişilerle görüşmeyi kabul etmesi nasıl sonuçlar ortaya çıkarabilir?
3. Ayşe bu konuda ailesini bilgilendirmeli midir? Neden?
4. Ayşe, başına olumsuz bir durum gelmesi durumunda neler yapmalıdır?
5. Ayşe’nin riskli durumlardan kendini koruyabilmesi için nasıl davranması gerekirdi?
 |

EK-3

Örnek Olay-3 ve Soru Listesi

|  |  |
| --- | --- |
| ***Örnek Olay-3****Selim ve Mine yakın iki arkadaştır.**Mine kendine ait bazı özel fotoğrafları Selim’i kendine yakın hissettiği ve onu önemsediği için Selimle paylaşır. İkili arasında bir konuda anlaşmazlık çıkar, tartışırlar ve araları bozulur. Bunun üzerine Selim, Minenin gönderdiği fotoğrafları Mineden habersiz bir şekilde sınıf grubunda paylaşır. Ertesi gün Mine okula girdiğinde arkadaşlarının rahatsız edici bakışlarıyla karşılaşır ve durumu arkadaşlarından öğrenir...* | ***Soru Listesi***1. Mine bu durum karşısında neler hissetmiş olabilir?
2. Selim’in bu davranışını nasıl değerlendirirsiniz?
3. Mine bu durum karşısında neler yapabilir ve kimlerden yardım isteyebilir?
4. Mine’nin arkadaşları bu olay karşısında neler yapabilir?
5. Sizce Selim’in bu yaptığının yasal yaptırımı var mıdır?
 |

ETKİNLİK ADI

İSTASYONLARIM

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Ortaokul, Lise

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Güvenilir olan ve tehlikeli olan kişileri ayırt etme ile ilgili farkındalık kazanır.
* Yardım alabileceği kişileri ve kurumları bilir.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Uygulanacak öğrenci sayısına göre yeterli uzunlukta kalınca ip ya da halat
* EK-1 (İstasyonlarım)

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

> “Sevgili öğrenciler, bugün sîzlerle ‘İstasyonlarım’ adında etkinlik yapacağız. Bunun için bir tren oluşturacağız. Bildiğiniz gibi tren, birbirine bağlı vagonları olan, demiryolunda raylar üzerinde hareket eden, pek çok durakta duran, bazı duraklarda az durup bazı duraklarda hiç durmadan geçen, bazı duraklardan çok, bazılarından az yolcu alan, bazı duraklardan ise hiç yolcu almadan geçen bir taşıttır. Bazı duraklar, konumu itibariyle tehlikeli yerlerde, bazı duraklar ise daha güvenli ve huzurlu bölgelerdedir. Aynı zamanda tamir yeri olarak hiz­met veren duraklar da vardır. Trenler yolculuklarını tamamlayıp son durağa geldiklerinde ise güvenli bir biçimde park edip bir sonraki yolculuğuna kadar orada beklerler.” der ve devam eder:

> “Biz de kendi yaşamımızı düşünelim. Bizim de çevremizde aynen trenin yol­culuğu sırasında uğradığı duraklar gibi pek çok kişi vardır. Bu kişilerin bazıla­rı bizim için güvenli bazıları ise tehlikeli olabilir. Bize kendimizi iyi hissettiren, bize bir şeyler öğreten, sevgi ve güven veren, birlikte zaman geçirmekten, pay­laşımda bulunmaktan mutluluk duyduğumuz insanlar olduğu gibi; bizi üzen, korkutan, gösterdikleri davranışlarla bize kendimizi (suçlu olmadığımız hâl­de) suçlu ve çaresiz hissettiren, kişisel ve bedensel sınırlarımızı ihlal eden hatta yakınlarımızdan biri bile olsa davranışlarıyla bizi tedirgin eden, rahatsız eden insanlar olabilir.” der ve elindeki ipi göstererek;

> “Şimdi, bu ipi tutarak hep birlikte bir tren oluşturalım ve sınıfın içinde farklı istasyonlarda durarak dolaşmaya başlayalım. Durduğumuz her istasyonda kimlerin olduğunu ve bu kişilerin sizin için güvenli mi yoksa tehlikeli kişiler mi olduğunu düşünmenizi istiyorum.” der ve öğrencilerle birlikte sınıfta belli yerler­de (istasyonlarda) durarak dolaşmaya başlar (Her durakta 1 dakika kadar bekleyip düşünmelerine olanak tanır.).

> “Haydi, başlayalım. Birinci istasyondayız... Çevrenize bakın, neler var? Burası si­zin için güvenli mi tehlikeli mi, burada kimler var? Bu kişiler sizin için güvenli mi, tehlikeli mi? (Bu ifade her yeni istasyonda tekrarlanabilir.) İkinci istasyonda­yız. üçüncü istasyondayız. dördüncü istasyondayız. beşinci istasyondayız. ve trenimizi güvenle park edeceğimiz son istasyona geldik. Artık yerlerimize oturabiliriz.” der ve devam eder:

> “Şimdi ise size dağıtacağım kâğıtlardaki tablolara, uğradığımız istasyonlarda kimlerin olduğunu, o kişilerin sizin için güvenli mi yoksa tehlikeli mi olduğunu ve güvenli olanların neden güvenli, tehlikeli olanların neden tehlikeli olduğunu yazmanızı istiyorum." der ve öğrencilerin EK-1’i doldurmaları için 10 dakika süre verir.

> Etkinlik çıktısı olan tüm kâğıtları toplar ve etkinlikten sonra incelemek üzere kaldı­rır. Aşağıdaki gibi bir açıklamayla etkinliği sonlandırır.

> “Sevgili öğrenciler, çevremizde bizim için güvenli olan ve güvenli olmayan yani tehlikeli olan insanlar bulunabilir. Böyle insanlarla ve onların yanlış davranış­larıyla karşılaşma riskimiz her zaman olabilir. Önemli olan, doğruyu ve yanlışı ayırt edebilmek ve bizim için kimin güvenli olduğunu, kimin güvenli olmadığı­nı fark etmektir. Kendi kendimize çözemeyeceğimiz bir sorunumuz olduğunda hiç zaman kaybetmeyip; bizi eleştirmeden, suçlamadan, yargılamadan din­leyecek, güvendiğimiz bir büyüğümüzle konuşmalı ve yardım istemeliyiz. Bu kişiler rehberlik öğretmenimiz, annemiz, babamız ya da başka bir büyüğümüzolabileceği gibi, polis imdat 155, jandarma imdat 156, AÇSHB (Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı) Sosyal Destek Hattı 183, adliyelerdeki/adalet saraylarındaki Cumhuriyet Savcılıkları, bulunduğunuz şehirdeki ÇİM (Çocuk izlem Merkezi) gibi kurumlar da olabilir. Tanımadığımız insanlara güvenmek konusunda çok dikkatli olmamız ve onlarla hiçbir ortamda yalnız kalmama­mız gerektiği gibi, tanıdığımız insanlar da eğer bizi zor durumda bırakacak, korkutacak, çaresiz hissettirecek ve rahatsız edecek davranışlarda bulunur­larsa yardım isteyebileceğimiz kişi ya da kurumlarla hemen iletişime geçip ko­nuyu anlatmalı ve yardım istemeliyiz.” der ve etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Etkinliği uygulamadan önce EK-1’den, etkinliğin uygulanacağı öğrenci sayısı kadar çoğaltılır.

*J* Bu etkinlik lisede uygulanırken ipi kullanarak duraklarda gezmek yerine, çocuk­lardan gözleri kapalı olarak düşünmeleri ve sonra doğrudan EK-1’i doldurmaları istenebilir.

*J* Rehberlik öğretmeni, etkinlik sonrasında kâğıtları değerlendirirken riskli gördüğü ya da şüphelendiği durumlar olursa gerekli işlemleri ve bildirimleri yapar.

J Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapıla­cak uyarlamalar;

❖ Rehberlik öğretmeni, gerek duyduğunda etkinliğin uygulandığı alanı “bebeklik dönemi istasyonu”, “çocukluk dönemi istasyonu”, “ergenlik dönemi istasyonu” olacak biçimde belirleyip gelinen her istasyonda kendi hayatlarındaki o dönemi düşünmelerini ister. Her bir istasyondaki güvenli ya da tehlikeli yerleri ve kişileri yazmalarını ister. Yazamayacak durumdaki öğrencilerin kendilerini sözel olarak ifade etmesine olanak tanır.

❖ Bedensel yetersizliği olan öğrenci, istasyonları gezmek yerine o istasyonda oldu­ğunu hayal ederek etkinliğe katılabilir.

EK-1

İstasyonlarım

Adı-Soyadı: Tarih:

Sınıfı:

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **1. İstasyon** | **2. İstasyon** | **3. İstasyon** | **4. İstasyon** | **5. İstasyon** | **Son İstasyon** |
| **Kim var?** |  |  |  |  |  |  |
| **Güvenli mi?****Tehlikeli mi?** |  |  |  |  |  |  |
| **Neden güvenli?** |  |  |  |  |  |  |
| **Neden tehlikeli?** |  |  |  |  |  |  |

ETKİNLİK ADI

NE ZARARI VAR

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Ortaokul, Lise

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Özel hayatın gizliliğinin önemini kavrar.
* Kişisel sınırlarını belirler.
* Yardım alacağı yerleri bilir.
* Güvenli internet kullanımını öğrenir.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* İki farklı renkte, büyük boy fon kartonu
* Fon kartonlarıyla aynı renkte post-it (yapışkanlı kâğıt)
* EK-1 (Örnek Sorular)
* EK-2 (Yardım Alınacak Kişi, Kurum ve Kuruluşlar)
* Kutu/Torba

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

> “Sevgili öğrenciler, bugün sîzlerle ‘Ne Zararı Var’ adında bir etkinlik yapacağız. Bu etkinlikte, özel hayatın gizliliği, sosyal medya paylaşımları ve güvenli inter­net kullanımı konularında paylaşımda bulunacağız. Duvarda iki farklı renk­te fon kartonu görüyorsunuz. Bunların birisinde ‘Ne kazanırız?’, diğerinde ‘Ne kaybederiz?’ başlıkları var. Sizlere konumuzla ilgili bazı cümleler okuyacağım. Size dağıtacağım post-itlere bu cümle ile ilgili cevaplarınızı yazmanızı istiyo­rum." der ve öğrencilere post-itleri dağıtır.

> EK-1’de yer alan soruları bir kutudan/torbadan rastgele seçerek okur (Çektiği soru­nun numarasını da öğrencilere söyler. Öğrencilerin, bu soruyu cevaplarken başına numarasını da yazmasını sağlar.). Öğrenciler bütün soruların cevaplarını post-itlere yazdıktan sonra her öğrenciden, elindeki post-itleri ilgili kartona asmasını ister.

> Öğrenciler, cevapları fon kartonlarına yerleştirdikten sonra, cevapların sınıf ile birlik­te tartışılarak değerlendirilmesini sağlar. Gerekli eklemeleri, düzeltmeleri ve vurgu­lamaları yapar. Riskli durumlarda öğrencilerin yardım isteyebileceği ya da bildirim yapabileceği EK-2’de yer alan kişi, kurum ve kuruluşları öğrencilerle paylaşır.

> “Sevgili öğrenciler, bugün sîzlerle sosyal medya kullanımının hayatımızdaki yeri, önemi, bizlere kazandırdıkları ve kaybettirdikleri hakkında paylaşımlar­da bulunduk. Özellikle sosyal medya kullanımında sınırları belirlemenin ne kadar önemli olduğunu hep beraber tartıştık. Bizim için risk oluşturabilecek durumlarla karşılaştığımızda ne gibi önlemler alacağımız ve bu gibi durum­larda hangi kişi ve kurumlara başvurabileceğimizi öğrendik.” der ve etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Rehberlik Öğretmeni, etkinliğe başlamadan önce birinin üzerinde “Ne kazanırız?”, diğerinin üzerinde “Ne Kaybederiz?” başlıkları yazılı fon kartonlarını duvara asar.

*J* EK-1’de yer alan cümleler okul çevresinin özelliklerine göre arttırılabilir.

*J* Rehberlik Öğretmeni, EK-1’deki soruları keserek bir kutuya/torbaya atar.

*J* Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapıla­cak uyarlamalar;

* Etkinliğin uygulandığı sırada rehberlik öğretmeni, ihtiyaç hâlinde sözel, fiziksel yardımda bulunabilir, model olabilir, akran desteğinden yararlanabilir.
* Etkinlikte yer alan sorular öğrencinin anlayabileceği biçimde sadeleştirilebilir.
* Rehberlik öğretmeni, öğrencinin bireysel farklılıklarını, yaşantısını, ihtiyaçlarını, yakın çevresini dikkate alarak sorularda değişiklik yapabilir ve yeni sorular ekle­yebilir.
* Öğrencilere, sosyal medya kullanırken ebeveynlerinin gözetiminin önemli oldu­ğu hatırlatılır.
* Etkinlikte yer alan önemli telefon numaralarının sınıfın görünen bir yerine asıl­ması akılda kalıcılığı arttırabilir.

EK-1

Örnek Sorular

1. Özel fotoğraflarınızı herkesin gördüğü yerlere asarsanız ne kazanırsınız/ne kaybedersiniz?
2. Şu an bulunduğunuz yeri internette paylaşırsanız ne kazanırsınız/ne kaybedersiniz?
3. En sık gittiğiniz yerleri sosyal medyada ilan ederseniz ne kazanırsınız/ne kaybedersiniz?
4. Kişisel bilgilerinizi sosyal medya hesaplarınızdan paylaşırsanız ne kazanırsınız/ne kaybedersiniz?
5. Günlük yaşantınızda yapmaktan çekindiğiniz davranışları sanal ortamda sergilerseniz ne kazanırsınız/ne kaybedersiniz?
6. Kişiler arası ilişkilerde dile getirmekten çekindiğiniz sözleri sanal ortamda söylerseniz ne kazanırsınız/ne kaybedersiniz?
7. Sosyal medyada tanımadığınız kişilerin arkadaşlık ve takip isteklerini kabul ederseniz ne kazanırsınız/ne kaybedersiniz?
8. Sosyal medyada tanımadığınız kişilerle görüntülü ya da yazılı konuşursanız ne kazanırsınız/ne kaybedersiniz?
9. Sosyal medyada tanıştığınız kişilerle buluşursanız ne kazanırsınız/ne kaybedersiniz?
10. Sosyal medyada karşılaştığınız her hesap ve bilginin gerçek olduğunu düşünerek hareket ederseniz ne kazanırsınız/ne kaybedersiniz?

EK-2

Yardım Alınacak Kişi, Kurum ve Kuruluşlar

1. Rehberlik Öğretmeni
2. Okuldaki Diğer Öğretmenler
3. Aile Bireyleri
4. Bulunduğu İldeki ÇİM (Çocuk İzlem Merkezi)
5. En Yakın Polis Merkezi veya En Yakın Polis /Jandarma Karakolu
6. Cumhuriyet Savcılığı
7. Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler İl/İlçe Müdürlüğü

ÖNEMLİ TELEFONLAR:

112 ^ Acil Yardım Hattı

155 ^ Polis İmdat

156 ^ Jandarma İmdat

183 ^ Sosyal Destek Hattı (Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı)

ETKİNLİK ADI

DUYGU DURAĞI

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Ortaokul, Lise

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* İstismara uğramış birinin neler hissedebileceğine ilişkin duyguları anlar.
* İstismar durumlarında alınabilecek destek kaynaklarını bilir.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* 5 Adet A3 Kâğıt
* 5 adet farklı renklerde kalem
* EK-1 (Senaryo Kartları)

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

* *“****Sevgili öğrenciler, bugün sîzlerle ‘Duygu Durağı’ isimli bir etkinlik yapacağız.”*** der. Sınıfta 5 yer/durak belirler, öğrencileri 5 gruba ayırır ve her gruba farklı renkte bir kalem verir. Bir de her grup için bir grup sözcüsü belirlenmesini ister.
* Her bir durağa daha önceden keserek hazırladığı senaryolardan birini bırakır. Her grubun 5 dakika süresi olduğunu ifade eder. Grupların sırayla her durağa uğrama­sını sağlar.
* Her gruptan, senaryodaki kişinin neler hissettiğini, o kişinin neler yapması gerekti­ğini, kimden yardım isteyebileceğini kendi aralarında tartışmasını ve grubun görü­şünü, bulundukları duraktaki A3 kâğıdına kendi kalemleriyle yazmasını ister. 5 da­kika bittikten sonra, kâğıdı bir sonraki grubun görmeyeceği biçimde katlamalarını ve o durakta bırakarak bir sonraki durağa geçmelerini söyler.
* Tüm gruplar bütün durakları tamamladıktan sonra senaryoların ve o senaryolarla ilgili olarak grupların yazdıkları görüş ve önerilerin grup sözcüleri tarafından okunmasını sağlar.
* Paylaşımlar sırasında, eksik ya da yanlış bulduğu noktalarla ilgili gerekli gördüğü düzeltme, ekleme, vurgulama ve açıklamaları yapar.
* Yasal haklardan ve destek kaynaklarından söz ederek etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Rehberlik öğretmeni, senaryolarda öğrencilerin anlamakta zorlandığı kavramları açıklar.

*J* Duraklar arası geçişte grupların eş zamanlı hareket etmesini sağlamak amacıyla sürenin etkin kullanımına dikkat edilmelidir.

J EK-1’de yer alan senaryolardaki durumların hem kız hem de erkek öğrencilerin başına gelmesi söz konusu olabileceğinden, senaryolarda sözü geçen öğrenciler için özellikle bir cinsiyet belirtilmemiştir.

J Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapılacak uyarlamalar;

* “Cinsel istismar” kavramı öğrencilerin anlayabileceği bir dilde açıklanmalıdır.
* Birden fazla özel eğitime ihtiyacı olan öğrenci varsa her gruba bir tane düşecek şekilde dağıtılmalıdır.
* Öğrencilerin bireysel farklılıkları dikkate alınarak istasyonlarda bekleme süresi uzatılıp kısaltılabilir.
* Yer değiştirmekte güçlük çeken öğrencilerin masasına senaryolar ve A3 kâğıtları getirilebilir.

EK-1

Senaryo Kartları

Senaryo-1: 12 yaşındaki öğrenci, amcasının oğlu tarafından cinsel istis­mara uğramaktadır. Bu durumda öğrenci ne hisseder, neler yapmalı­dır ve kimden yardım istemelidir?

Senaryo-2: 16 yaşındaki öğrenci, okuldan alınarak evlendirilmek isten­mektedir. Bu durumda öğrenci ne hisseder, neler yapmalıdır ve kim­den yardım istemelidir?

Senaryo-3: 14 yaşındaki öğrenci, üst sınıftaki 16 yaşında bir öğrenci tara­fından rahatsız edilmektedir. 16 yaşındaki öğrenci, 14 yaşındaki öğren­cinin özel fotoğraflarının elinde olduğunu, isteklerini yerine getirme­mesi durumunda fotoğraflarını internet üzerinden yayınlayacağını söy­lemiştir. Bu durumda 14 yaşındaki öğrenci ne hisseder, neler yapmalıdır ve kimden yardım istemelidir?

Senaryo-4: 15 yaşındaki öğrencinin sırtında babası sandalye kırmıştır ve onu sürekli dövmektedir. Bu durumda öğrenci ne hisseder, neler yap­malıdır ve kimden yardım istemelidir?

Senaryo-5: 13 yaşındaki öğrenci sınıfındaki başka bir öğrenci tarafından sözlü ve fiziksel tacize uğramaktadır. Daha da ileri giden tacizci, cinsel birliktelik teklifini kabul etmezse kendisi hakkında kötü söylentiler ya­yacağını söylemiştir. Bu durumda öğrenci neler hisseder, neler yapma­lıdır ve kimden yardım istemelidir?

ETKİNLİK ADI

BENİM BAŞIMA GELİR Mİ?

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Ortaokul, Lise

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* İstismarın tanımı ve türlerini bilir.
* İstismar durumlarında nereden ve kimlerden yardım alabileceğini bilir.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Kutu/torba/zarf
* EK-1 (İstismar Türlerine Giren Örnek Davranışlar)

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

> “Sevgili öğrenciler, bugün sîzlerle istismar konusunda bir etkinlik yapacağız.” der.

* Daha sonra, istismarı tanımlar. İstismar türlerinin (fiziksel, duygusal, cinsel, ekono­mik) neler olduğunu açıklar.
* Etkinlikte ele alacağı dört istismar türünü (fiziksel, duygusal, cinsel, ekonomik) tah­taya yazar.
* Daha önce hazırladığı ve kutuya/torbaya/zarfa koyduğu EK-1’de yer alan istismar türlerine ait örnek davranışları teker teker çeker. Çektiği örnek davranışı sınıfa okur. Öğrencilere bu davranışın hangi başlığın altına gelmesi gerektiğini sorar. Öğren­cilerden gelen cevap doğru ise ilgili istismar türünün altına yazar, yanlış ise sınıfla tartışarak doğrusunu buldurur ve doğru başlığın altına yazar.
* Daha sonra, istismar durumlarında öğrencilerin başvurabileceği kişi, kurum ve ku­ruluşlar hakkında aşağıdaki bilgilerden yararlanarak açıklama yapar:

YARDIM ALINACAK KİŞİ, KURUM VE KURULUŞLAR

* Rehberlik Öğretmeni
* Okuldaki Diğer Öğretmenler
* Aile Bireyleri
* Bulunduğu İldeki ÇİM (Çocuk İzlem Merkezi)
* En Yakın Polis Merkezi veya En Yakın Polis /Jandarma Karakolu
* Cumhuriyet Savcılığı
* Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler İl/İlçe Müdürlüğü

ÖNEMLİ TELEFONLAR:

112 ^ Acil Yardım Hattı

155 ^ Polis İmdat

156 ^ Jandarma İmdat

183 ^ Sosyal Destek Hattı (Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı)

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR:

*J* Rehberlik Öğretmeni, etkinlik içerisinde kullanması gereken teorik açıklamaları (istismarın tanımı, türleri vb.) “Psikososyal Güçlendirici Destek Programı”nın “Cinsel İstismar” kitabının ilgili bölümlerinden yararlanarak yapar.

*J* Kalabalık sınıflarda gruplar oluşturularak etkinliğin gerçekleştirilmesi önerilir.

*J* Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapıla­cak uyarlamalar;

❖ İstismarın tanımı ve türleri, etkinliğin girişinde somut bir biçimde açıklanmalıdır. Torbadan çekilen örnek davranışlar tartışılırken öğrencilerin anlayabileceği açık­lıkta ifade edilmelidir. Gerekirse örneklerle somutlaştırılabilir.

EK-1

İstismar Türlerine Giren Örnek Davranışlar

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **FİZİKSEL****İSTİSMAR** | **DUYGUSAL İSTİSMAR** | **CİNSEL İSTİSMAR** | **EKONOMİK İSTİSMAR** |
| Tokat atmak | Bağırmak | Pornografik yayınlar izletmek/göstermek | 14 yaşın altında çalıştırmak |
| Yumruk atmak | Lakap takmak | Pornografik biçimde konuşmak | 14 yaşını tamamlasa bile rızası dışında çalıştırmak |
| Tekme atmak | Aşağılamak | Özel bölgelerine dokunmak | Yaptığı işin gerektirdiği ücretin altında çalıştırmak |
| Sarsmak | Alay etmek | Kendisinin özel bölgelerine dokunulmasını istemek | Sağlıksız koşullar altında çalıştırmak |
| Dövmek | Küçük düşürmek | Cinsel organını açarak göstermek | İş Kanunu’nda belirtilen mesai saatlerinin üzerinde çalıştırmak |
| İtmek | Kıyaslamak | Tecavüz | Maaşına el koymak |
| Dürtmek | Dışlamak | Laf atmak / sözlü taciz |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **FİZİKSEL****İSTİSMAR** | **DUYGUSAL İSTİSMAR** | **CİNSEL İSTİSMAR** | **EKONOMİK İSTİSMAR** |
| Saçını çekmek | Görmezden gelmek | Sosyal medya ortamında başkasının özel fotoğraflarını paylaşmak |  |
| Kulağını çekmek | Küçümsemek |  |  |
| Çimdiklemek | Tehdit etmek |  |  |
| Çelme takmak | Suçlamak |  |  |
| Herhangi bir alet kullanarak zarar vermek | Şantaj yapmak |  |  |
| Bağlamak | Yıldırmak |  |  |
|  | Korkutmak |  |  |
|  | Kıyaslamak |  |  |

ETKİNLİK ADI

HEDEF TAHTASI

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Ortaokul, Lise

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* İhmali tanımlar.
* İstismarı tanımlar.
* İstismar türlerini bilir.
* İstismar türlerini ayırt eder.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Tahta
* Tebeşir/tahta kalemi
* Yumuşak ve küçük bir top
* EK-1 (Hedef Tahtası)
* EK-2 (Hedef Tahtasındaki Sembollerin Temsil Ettiği Kavramlar)
* EK-3 (Tanımlar ve İstismar Örnekleri)

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

* Afiş boyutunda renkli çıktı aldığı EK-1’i,etkinliğe başlamadan önce tahtaya yapıştı­rır ya da çıktı alınamadığı durumlarda tahtaya çizer/yansıtır.
* “Sevgili öğrenciler, bugün yapacağımız etkinlikte ihmal ve istismarın ne oldu­ğunu, istismar türlerini ve hangi davranışların hangi istismar türlerine girdiğini öğreneceğiz (önceden tahtaya yapıştırdığı/çizdiği/yansıttığı EK-1’i göstererek), bu­nun için bir oyunumuz var.” der.
* Sınıfı iki gruba ayırarak gruplardan kendilerine isim bulmalarını ister.
* Her gruba sıra ile topu vererek tahtadaki karelere atış hakkı verir (O gruba sıra gel­diğinde her seferinde aynı öğrenciye atış yaptırmaz, gönüllülük esasına dayanarak farklı öğrencilere de aynı hakkı tanır. Herkesin atış yapması için gerekli yüreklendir­meyi yapar.). Boş atışlarda diğer grubun üyeleri ‘bom’ der ve atış hakkı onlara geçer.
* Dolu kare vurulduğunda, atış yapan öğrenciden o karede bulunan simgenin temsil ettiği kavramın tanımını ister. Tanımı yapılan kavrama örnek de verilme­sini ister. Ödül ya da pas simgelerine atış yapıldığında, oyunun kurallarına göre gereğini yapar.
* Doğru cevap verilirse, o gruba 10 puan verir (Grupların isimlerini ve altlarına da al­dıkları puanları aşama aşama tahtaya yazar.).
* Karelerdeki simgeler tamamlanana kadar etkinliği bu biçimde devam ettirir. Oyun sonunda, EK-3’ten yararlanarak tüm tanımları örnekleriyle beraber öğrencilere açıklar.
* “Sevgili öğrenciler, keyifli ve güzel bir etkinlik gerçekleştirdik. Paylaşımlarınız için hepinize teşekkür ederim. Haydi, şimdi hep birlikte birbirimizi/kendimizi alkışlayalım." vb. bir özetleme ile etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Tanımlarla ilgili açıklamalar ve eklemeler öğrencilere etkinlik sırasında değil, son­rasında verilmelidir. Öğrencilerin konu ile ilgili farkındalık ve yeterlilik düzeylerine göre, onları cesaretlendirmek ve düşünmelerini sağlayıp cevap vermeye motive etmek için yer yer ufak ipuçları verilebilir.

*J* EK-3’teki tanımlar rehberlik öğretmeni için hazırlanmıştır. Tanımlar çocuklara açık­lanırken mümkün olduğunca basit, sade, anlaşılır ve yaşa uygun bir dil kullanmaya özen gösterilmelidir.

*J* Kalabalık gruplarda etkinlik top atışları yerine “kazı kazan” mantığı ile yani bir mu­kavvaya ya da kartona çizilip semboller yapıştırılıp tüm karelerin üstü boş etiket ile kapatılıp (örneğin 2f, 5g, 10c vb.) öğrencilere söyleterek söylenen kutucuğun üzerindeki etiket açılıp çıkan sembollerin tanımı yaptırılıp yönergedeki biçimiyle devam edilebilir.

J Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapıla­cak uyarlamalar;

❖ Rehberlik öğretmeni öğrencinin ihtiyaç duyması hâlinde fiziksel, sözel yardım­da bulunabilir.

EK-1

Hedef Tahtası



EK-2

Hedef Tahtasındaki Sembollerin Temsil Ettiği
Kavramlar

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 11 | İhmal nedir? | Duygusal istismar nedir? |
|  | istismar nedir? | o Ekonomik istismar nedir? |
|  | Fiziksel istismar nedir? | X Cinsel istismar nedir? |
| © | **ÖDÜL***Arka arkaya 2 atış hakkı* | Mk PAS*Cevap hakkı yok ve sıra o gruba yeniden geldiğinde bir önceki cevabı tekrar eder.* |

EK-3 Tanımlar ve İstismar Örnekleri

**İhmal:** Çocuğa bakmakla yükümlü olan kişinin, çocuğun fiziksel ve ruhsal yönden sağlıklı gelişmesi için gerekli olan koşulları sağlamaması ya da çocuğun bu konudaki gereksinimlerini dikkate almamasıdır. Bu gereksinimler, bedensel ve duygusal olarak sağlıklı olmak için gereken koşullardır. Sağlıklı ve yeteri kadar beslenme, gerektiğinde tedavi koşullarının sağlanması, eğitim, barınma ve güvenli yaşam şartları bu tanımın içinde yer alır. Ebeveyn ya da çocuğun bakımından sorumlu olan kişinin, sahip olduğu kaynaklarla doğru orantılı olarak çocuğa en iyi yaşam koşullarını sunması beklenir. İh­malde, yapılması gerekenlerin yapılmaması söz konusudur.

**İstismar:** Çocuğun yaşamına, can güvenliğine, fiziksel ve ruhsal sağlığına, her yön­den gelişimine, güven duygusuna, sorumluluk becerilerine, genel değerlerine zarar veri­ci biçimde davranmaktır. Bu kavram, aynı zamanda Türk Dil Kurumu tarafından “birinin iyi niyetini kötüye kullanmak” biçiminde de açıklamıştır. İstismarda, yapılmaması gere­kenlerin yapılması söz konusudur.

**Cinsel İstismar:** Çocuk cinsel istismarının belirli ve resmî bir tanımı olmamasına rağmen, Dünya Sağlık Örgütü çocuk cinsel istismarını “Bir çocuğun tamamen anlama­dığı ve bilgilendirilmiş rızasının olmadığı ya da gelişimsel olarak çocuğun hazır olma­dığı ve rızasının olmadığı ya da kanunları ve toplumun sosyal tabularını ihlal eden bir cinsel eyleme çocuğun dâhil edilmesi.” olarak tanımlar. En genel anlamıyla çocuk cinsel istismarı, çocuğun (kanunen reşit olmayan kişi), gelişimsel düzeyi nedeniyle (biyolojik yaşı veya zekâ gelişim düzeyi gibi) tam olarak anlayamadığı ve bilgilendirilmiş rızasının mümkün olamayacağı durumlarda ya da kanunlara ve toplumun sosyal normlarına ay­kırı olacak biçimde bir cinsel etkinliğe zorlanması ya da dâhil edilmesidir. Pornografik yayınlar izletmek/göstermek, pornografik biçimde konuşmak, çocuğun özel bölgeleri­ne dokunmak/sürtünmek, kendisinin özel bölgelerine çocuğun dokunmasını istemek, cinsel organını açarak çocuğa göstermek, yaşa/gelişim dönemlerine uygun olmayan biçimde cinsel bilgilendirme yapmak, taciz ve tecavüz vb. davranışlar cinsel istismar kapsamına giren davranışlardır.

**Fiziksel İstismar:** Çocuğun can güvenliğine, fiziksel sağlığına ve gelişimine ya da onuruna zarar veren/zarar verebilme olasılığı yüksek, kasıtlı fiziksel güç kullanılması ya da kasıtlı olarak yapılan bedeni hedef alan davranışlardır. Tokat atmak, yumruk atmak, tekme atmak, sarsmak, dövmek, itmek, dürtmek, saçını çekmek, kulağını çekmek, çim­diklemek, çelme takmak, herhangi bir alet kullanarak zarar vermek, bağlamak vb. dav­ranışlar fiziksel istismar kapsamına giren davranışlardır.

**Duygusal İstismar:** Ebeveyn ya da çocuğun bakımından sorumlu olan kişinin; ço­cuğun duygu durumunu, ruh sağlığını bozacak, kendini değersiz hissettirecek, özgüve­nini düşürecek, kendine olan saygısını ve olumlu benlik algısını yıkacak ya da oluşma­sına engel olacak biçimde konuşması ya da davranmasıdır. Bağırmak, lakap takmak, alay etmek, aşağılamak, küçük düşürmek, kıyaslamak, dışlamak, görmezden gelmek, küçümsemek, suçlamak, tehdit etmek, şantaj yapmak, yıldırmak, korkutmak, kıyasla­mak vb. davranışlar duygusal istismar kapsamına giren davranışlardır.

**Ekonomik İstismar:** Çocuğun, kendisine bakmakla yükümlü olan kişi tarafından maddi gelir kaynağı olarak görülüp maddi kazanç elde etmek amacıyla çalıştırılmasıdır. 14 yaşını dolduran çocuklar, kendileri istedikleri takdirde ve ebeveynleri onaylarsa eği­timlerini aksatmamak ve bedensel zihinsel, sosyal ve ahlaki gelişimlerini engellememek kaydıyla çalışabilmektedir (4857 sayılı İş Kanunu, 71. Madde). 14 yaşını doldurmadan ça­lıştırmak, 14 yaşını doldurmuş olsa bile rızası dışında çalıştırmak, yaptığı işin gerektirdiği ücretin altında çalıştırmak, sağlıksız koşullar altında çalıştırmak, ilgili kanunda yaşa ve koşullara göre belirtilen mesai saatlerinin üzerinde çalıştırmak, maaşına el koymak vb. davranışlar ekonomik istismar kapsamına giren davranışlardır.

ETKİNLİK ADI

FARKINDAYIM, YANINDAYIM

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Ortaokul, Lise

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Duyguları anlama ve sorun çözme becerilerini geliştirir.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* EK-1 (Örnek Olay Formu)

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

* “Sevgili öğrenciler, bugünkü etkinliğimizde arkadaşlarımızın bizim desteğimi­ze ve yardımımıza ihtiyacı olduğunu düşündüğümüzde ya da fark ettiğimizde nasıl davranmamız gerektiği ile ilgili bir etkinlik yapacağız.” der ve EK-1’i öğren - cilere dağıtır.
* “Sizlere dağıttığım formlarda bir örnek olay ve bu örnek olayın karşısında ar­kadaşınızın size verebileceği iki ayrı tepki yazmaktadır. Bu tepkilerle karşılaş­tığınızı düşünerek, altında yer alan soruları cevaplamanızı istiyorum.” der ve formu doldurmaları için öğrencilere 10-15 dakika kadar süre tanır.
* Daha sonra, gönüllü öğrencilerden paylaşımları alır ve uygun geri bildirimleri aşa­ğıdaki gibi bir açıklama ile verir:

> “Sevgili öğrenciler, normalde öyle olmadığı hâlde son günlerde içine kapa­nan, üzgün görünen, kimseyle konuşmak istemeyen, düşüncelere dalmış bir arkadaşınızı fark ettiğinizde ona yardım etme isteğiniz son derece güzel bir davranıştır. Ona değer verdiğinizi hissettirmeniz arkadaşınıza iyi gelecektir ancak arkadaşınız bu yardım isteğini geri çevirirse kendinizi çaresiz hissedebi­lirsiniz. Böyle bir durumda, konuşması için ona baskı yapmak yerine, anlayışlı olmanız ve konuşabileceği, yardım alabileceği diğer kişileri ona hatırlatmanız (rehberlik öğretmeni, güvendiği başka bir öğretmeni, anne baba vb.), yardım alabileceği diğer seçenekleri de tercih etmemesi durumunda ise ‘arkadaşım iyi görünmüyor, bir sorunu olabilir, yardıma ihtiyacı olabilir’ vb. bir açıklama ile rehberlik öğretmenini (olmadığı durumda diğer öğretmenleri) haberdar et­meniz yeterli olacaktır.” der.

* Duyguları anlamanın ne demek olduğunu, sağlıklı sorun çözme yöntemlerini ve bunların yaşamımızdaki önemini özetleyerek etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Paylaşımlar yapılırken öğrencilerin tepkilerini eleştirmeden ve yargılamadan, yal­nızca yardım yolları hakkında bilgi vermeye özen gösterilir.

*J* Yardım alınabilecek diğer kişi ve kurumlarla ilgili olarak da hatırlatmalarda bulu­nulur (okuldaki rehberlik öğretmeni, okulun bağlı bulunduğu RAM, diğer öğret­menler, anne baba, 112, 155, 156, 183 vb.).

*J* EK-1 de bulunan senaryolar birbirini tamamlayıcı nitelikte hazırlanmıştır.

*J* Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapıla­cak uyarlamalar;

* Rehberlik öğretmeni, öğrencinin ihtiyaç duyması hâlinde formu yazılı doldur­mak yerine soru-cevap şeklinde de uygulayabilir.
* Yardım alınabilecek kişi, kurum ve telefon numaraları sınıfın görünen bir yerine asılarak akılda kalıcılığı sağlanabilir.

EK-1

Örnek Olay Formu

**Örnek Olay:** Arkadaşının birkaç gündür içine kapandığını, üzgün göründüğünü, kimseyle konuşmak istemediğini, tek başına gezdiğini ve düşüncelere dalmış olduğunu görüyorsun. Konuşmak için arkadaşının ya­nına gidiyorsun.

Arkadaşının Birinci Tepkisi:

Arkadaşın, senin konuşma isteğini geri çevirdi ve herhangi bir soru­nu olmadığını söyledi.

* Neler hissedersin?
* Neler düşünürsün?
* Ona nasıl davranırsın?
* Ona neler söylersin?
* Yetkili birini haberdar etmen gerekir mi? Gerekirse, kimi/kimileri haberdar edersin?

Arkadaşının İkinci Tepkisi:

Arkadaşın, kimseye anlatamayacağı bir olay yaşadığını söyledi ve ağ­lamaya başladı. Sen ne zaman isterse onu dinlemek ve ona yardım etmek için hazır olduğunu söylediğinde, arkadaşın sana bir sırrı olduğunu, baş­kaları duyarsa her şeyin çok kötü olacağını, kimsenin ona inanmayacağını düşündüğünü, kendini çok yalnız ve çaresiz hissettiğini söyledi.

* Neler hissedersin?
* Neler düşünürsün?
* Ona nasıl davranırsın?
* Ona neler söylersin?
* Yetkili birini haberdar etmen gerekir mi? Gerekirse, kimi/kimleri haberdar edersin?



|  |  |
| --- | --- |
|  | **C. ÖĞRETMEN ETKİNLİKLERİ[[3]](#footnote-4)** |
| **Etkinlik Adı:** | **Kazanımlar:*** Okul öncesi ve ilkokul dönemi çocuğunun cinsel geli­şim özelliklerini bilir.
* Öğrenciyi cinsel gelişimi ile ilgili doğru bilgilendirmenin önemini kavrar.
 |
| Öğrencimi Tanıyorum, | • Cinsel istismarın tanımını bilir. |
| Yanında Duruyorum | * Cinsel istismardan öğrenciyi nasıl koruyacağını bilir.
* Cinsel istismar durumunda nereden yardım alacağını bilir.
* Öğrencilere verilecek cinsel eğitimin içeriği hakkında bilgi sahibi olur.
* Cinsel istismarın belirtilerini fark eder.
 |
| Benim Başıma Gelir mi? | * Cinsel istismarın belirtilerini fark ettiğinde neler yapabi­leceğini bilir.
* Çocukların fiziksel ve cinsel gelişim özelliklerini bilir.
* İstismarın tanımını ve türlerini bilir.
 |
| Öğrenciden Mektup | * Cinsel istismara maruz kalan öğrencileri anlamaya yö­nelik farklı bakış açısını ve çözüm yollarını bilir.
* İstismar durumlarında nereden ve kimlerden yardım alabileceğini bilir.
 |

ETKİNLİK ADI

ÖĞRENCİMİ TANIYORUM, YANINDA DURUYORUM

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel istismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRETMEN (Okul öncesi ve ilkokul öğretmenleri için)

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Okul öncesi ve ilkokul dönemi çocuğunun cinsel gelişim özelliklerini bilir.
* Öğrenciyi cinsel gelişimi ile ilgili doğru bilgilendirmenin önemini kavrar.
* Cinsel istismarın tanımını bilir.
* Cinsel istismardan öğrenciyi nasıl koruyacağını bilir.
* Cinsel istismar durumunda nereden yardım alacağını bilir.
* Öğrencilere verilecek cinsel eğitimin içeriği hakkında bilgi sahibi olur.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Kalem (etkinliğe katılan kişi sayısı kadar)
* EK-1 (Öğretmenin kendi çocukluğundan örnekler verdiği soru-cevap kâğıdı)
* EK-2 (Öğretmenin öğrencileri ile ilgili örnekler verdiği soru-cevap kâğıdı)
* EK-3 (Rehberlik öğretmeni için, öğretmene yapılacak açıklamaların [öğrenciyi doğru bilgilendirmenin önemi ve aksi takdirde yaşanabilecek riskli durumlar vb.] bulunduğu metin)
* Sunu (Okul öncesi ve ilkokul dönemi çocuğunun cinsel gelişim özellikleri, bu yaş­larda gözlemlenebilecek normal davranışlar vb. konuların yer aldığı sunu)
* Sunu (Cinsel istismar kavramının ne olduğu, cinsel istismardan öğrencileri koru­ma yöntemleri, cinsel istismar durumunda nereden yardım alınacağı vb. konula­rın yer aldığı sunu)

SÜRE:

60-90 dakika

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

* “Değerli öğretmenler, bugün sîzlerle ‘Öğrencimi Tanıyorum, Yanında Duruyo­rum’ adında bir etkinlik yapacağız.” der.
* Her katılımcıya birer tane olacak biçimde EK-1’i dağıtır, 5 dakika süre verir, soruları cevaplamalarını ister. Yazma işi tamamlandıktan sonra, katılımcılar arasından gö­nüllü olan varsa yazdıklarını grupla paylaşabileceğini söyler.
* Daha sonra her katılımcıya birer tane olacak biçimde EK-2’yi dağıtır, 5 dakika süre verir, soruları cevaplamaları istenir. Yazma işi tamamlandıktan sonra, katılımcılar arasından gönüllü olan varsa yazdıklarını grupla paylaşabileceğini söyler.
* Okul öncesi ve ilkokul dönemi çocuğunun cinsel gelişim özellikleri, bu yaşlarda gözlemlenebilecek normal davranışlar vb. konuların yer aldığı sunuyu paylaşır.
* EK-3’ten yararlanarak öğretmenlere, çocukların cinsel gelişimle ilgili sorularını yaşa uygun biçimde, doğru ve zamanında yanıtlanmasının önemi, aksi takdirde yaşana­bilecek olumsuzluklar hakkında bilgiler verir.
* Cinsel istismar kavramının ne olduğu, cinsel istismardan öğrencileri koruma yön­temleri, cinsel istismar durumunda nereden yardım alınacağı vb. konuların yer al­dığı sunuyu paylaşır.
* Öğrencilere verilecek cinsel eğitimde, hangi bilgilerin verileceği konusunda öğret­menlere açıklamalarda bulunur (Bedeni tanıma, kız ve erkekler arasındaki biyo­lojik cinsiyet farklılıklarını bilme, beden sınırlarını koruma, iyi-kötü dokunuşu ayırt edebilme, “Hayır!” diyebilme, cinsel istismarla karşılaştıklarında ne yapacağını ve kimden yardım isteyebileceğini bilme vb.).
* Öğretmenlerden gelen sorular varsa yanıtlayarak etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Öğretmenlerden, eklerin doldurulmasında isim yazmaları istenmemeli ve yazdık­larını sözel olarak paylaşmaları için öğretmenler zorlanmamalıdır.

*J* Rehberlik öğretmeni, açıklamalarında yaş grubuna uygun olarak bilgi notlarını de- taylandırabilir.

*J* Rehberlik öğretmeni etkinliğin sonunda ekleri toplar.

*J* 25 kişilik öğretmen gruplarında uygulanması önerilir.

EK- 1 Öğretmenin Kendi Çocukluğundan Örnekler Verdiği

Soru-Cevap Kâğıdı

1. Çocukken kızlar ve erkekler arasındaki biyolojik cinsiyet farklılık­larını merak ettiğinizde büyüklerinizle konuşabildiniz mi? Nasıl yanıtlar aldınız?
2. Bebeklerin nasıl dünyaya geldiğini merak etmeye başladığınızda, kimden bilgi aldınız? Size neler söylendi?
3. Yanıt alamadıysanız neler hissettiniz ve yukarıdaki konularla ilgili merakınızı gidermek için ne gibi çözümler buldunuz?

EK-2

Öğretmenin Öğrencileri İle İlgili Örnekler Verdiği
Soru-Cevap Kâğıdı

1. Öğrencileriniz cinsel gelişimle (kız-erkek farkları, bebeğin dünyaya gelişi vb.) ilgili size ne tür sorular soruyorlar?
2. Sizin yanıtınız ne oluyor?
3. Öğrencilerinizin bu konularla ilgili sorularını yanıtlarken ne tür güçlükler yaşıyorsunuz?

EK-3

Rehberlik Öğretmeni İçin Örnek Açıklama Metni

“Fiziksel gelişim, sosyal-duygusal gelişim, zihinsel gelişim ne kadar normal/doğal ve önlenemez bir durum ise cinsel gelişim de aynı biçimde bütün çocuklarda devam eden normal ve önlenemez bir gelişim alanıdır. Çocukların sorularını görmezden, duymazdan gelmek ya da onları bu ko­nulara duydukları meraktan ötürü suçlamak, ayıplamak veya yargılamak aslında çocuğun kontrolünde/elinde olmayan bir durum için çocuğa ken­disini suçlu hissettirmeye sebep olabilir. Böylece çocuklar cinsel gelişimle ilgili sordukları sorulara zamanında, yaşa uygun, doğru/gerçekçi cevaplar alamadıklarında cevabı, oyunlarında, arkadaşları ile olan konuşmalarında, uygunsuz yayınlarda, internette vb. farklı yerlerde aramaya yönelebilirler. Bir başka deyişle, boşlukları çocukların kendi başına doldurmasına, me­rak ettiklerini, uygun olmayan davranışlarla kendi kendine öğrenmelerine sebep olmuş oluruz. Bu durum ise çocuğun riskli davranışlarda bulunma olasılığını arttırabilir. Çocuğu, kendini tehlikeye sokacak ya da geri dönüşü olmayan durumlara sürükleyebilir.”

ETKİNLİK ADI

BENİM BAŞIMA GELİR Mİ?

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRETMEN

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Cinsel istismarın belirtilerini fark eder.
* Cinsel istismarın belirtilerini fark ettiğinde neler yapabileceğini bilir.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Kalem (etkinliğe katılan kişi sayısı kadar)
* EK-1 (Senaryolar)
* Sunu (Cinsel istismarın tanımı, belirtileri, istismar durumlarında hangi duyguların yaşanabileceği ve nasıl tepkilerin verilebileceği, öğrencilerde cinsel istismar duru­muyla ya da şüphesiyle karşılaşıldığında hangi kişi ve kurumlardan destek alına­bileceği ile ilgili bilgilerin yer aldığı sunu)

SÜRE

60-90 dakika

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

> “Değerli öğretmenler, bugün sîzlerle ‘Benim Başıma Gelir mi?’ adında bir etkin­lik yapacağız.” der.

* Senaryoların yer aldığı EK-1’den her katılımcıya birer tane olacak biçimde dağıtır. 5-10 dakika süre vererek soruları cevaplamalarını ister. Yazma işi tamamlandıktan sonra, katılımcılar arasından gönüllü olan varsa yazdıklarını grupla paylaşabilece­ğini söyler.
* Cinsel istismarın tanımını, belirtilerini, istismar durumlarında hangi duyguların ya­şanabileceği ve nasıl tepkilerin verilebileceğini, öğrencilerde cinsel istismar duru­muyla ya da şüphesiyle karşılaşıldığında hangi kişi ve kurumlardan destek alınabi­leceğini, öğretmenlerden gelen dönütlere de yer vererek sunu ile açıklar.
* Öğretmenlerden gelen sorular varsa yanıtlayarak etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Öğretmenlerden, EK-1’in doldurulmasında isim yazmaları istenmemeli ve yazdık­larını sözel olarak paylaşmaları için öğretmenler zorlanmamalıdır.

*J* Rehberlik öğretmeni, etkinliğin sonunda ekleri toplar.

EK-1

Senaryolar

SENARYO-1:

Öğrenciniz yanınıza geldi, titriyordu ve çok korktuğunu söylüyordu.

Ona ne olduğunu sorduğunuzda size neler anlattı/anlatabilir?

SENARYO-2:

Öğrenciniz ile birlikte bir etkinliğe katıldınız (farklı bir kurumda program/piknik/gezi vb.). Okula dönerken/döndüğünde öğrencinin her zamanki duygu durumundan farklı olarak dalgın ve durgun olduğunu gözlemlediniz. Öğrenci ile bu gözleminizi paylaşırken neler anlattı/anla- tabilir?

SENARYO-3:

Öğrencinizin kolunda ya da bacağında morluklar gördünüz. Onun­la özel olarak ilgilenerek gözlemde bulundunuz. Bir şeyler yemediğini ve yemek istemediğini fark ettiniz. Ayrıca midesinin bulandığını ve istifra etti­ğini gördünüz. Öğrencinizde gördüğünüz farklılıkları anlamaya çalışırken size neler anlattı/anlatabilir?

SENARYO-4:

Öğrenci yatılı bir program için il içi ya da il dışında, sizin olmadığınız bir yere gitti. Okula/pansiyona döndüğünde her zamankinden farklı bir bedensel ifadesi vardı ve hiç konuşmadan sınıfına/odasına geçti. Onu ya­nınıza çağırdığınızda(konuşmak için/yemek için vb.) yorgun olduğunu, aç olmadığını ve dinlenmek/uyumak istediğini söyledi. Ne yapar, ne düşünür ve nasıl hareket edersiniz?

ETKİNLİK ADI

ÖĞRENCİDEN MEKTUP

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRETMEN

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Çocukların fiziksel ve cinsel gelişim özelliklerini bilir.
* İstismarın tanımını ve türlerini bilir.
* Cinsel istismara maruz kalan öğrencileri anlamaya yönelik farklı bakış açısını ve çözüm yollarını bilir.
* İstismar durumlarında nereden ve kimlerden yardım alabileceğini bilir.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Kalem (etkinliğe katılan kişi sayısı kadar)
* A4 Kâğıt
* Sunu (Çocukların fiziksel ve cinsel gelişim özelliklerinin [0-18 Yaş] yer aldığı sunu)
* Sunu (İstismarın tanımının ve türlerinin [fiziksel, duygusal, ekonomik ve cinsel] yer aldığı sunu)
* Sunu (İstismar durumunda, yaş dönemini de dikkate alarak çocuğa nasıl davranı- lacağı, cinsel istismardan çocukların nasıl korunacağı ve nereden yardım alınacağı ile ilgili bilgilerin yer aldığı sunu)

SÜRE

60-90 dakika

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

* “Değerli öğretmenler, bugün sîzlerle ‘Öğrenciden Mektup’ adında bir etkinlik yapacağız.” der.
* Öğretmenlere, çocukların fiziksel ve cinsel gelişim özelliklerini (0-18 yaş) sunu ile kısaca anlatır.
* Daha sonra, istismarın tanımını ve türlerini (fiziksel, duygusal, ekonomik ve cinsel) sunu ile kısaca anlatır.
* “Şimdi sizlere cinsel istismarla ilgili bir mektup yazmak üzere kâğıtlar dağıta­cağım. Yazacağınız senaryo daha sonra grupla paylaşılacak. Bu nedenle mek­tubunuzda kendi isminize ve senaryo kahramanıyla ilgili tanımlayıcı bilgilere yer vermemenizi istiyorum.” der.
* “Şimdi öğrencilerin karşılaşma olasılığı olan cinsel istismar durumlarını düşün­menizi istiyorum. Bu istismar durumlarının birini belirlemenizi ve kendinizi bu öğrencinin yerine koyarak öğretmeninize mektup yazmanızı istiyorum.” der.
* Yazmaları için 10 dakika süre tanır. Süre sonunda mektupları toplayıp karıştırarak tekrar rastgele dağıtır.
* “Şimdi ise kâğıdın altına/arkasına öğretmen olarak öğrencinizin mektubuna cevaben kendi görüş ve düşüncelerinizi yazın.” der.
* Katılımcılar arasından gönüllü olan varsa elindeki mektubu ve arkasına kendisinin yazdıklarını grupla paylaşabileceğini söyler.
* Öğretmenlerin paylaşımlarını grupla beraber değerlendirir.
* İstismar durumunda, yaş dönemini de dikkate alarak çocuğa nasıl davranılacağı, cinsel istismardan çocukların nasıl korunacağı ve nereden yardım alınacağı ile ilgili bilgileri, ilgili sunuyu kullanarak verir.
* Öğretmenlerden gelen sorular varsa yanıtlayarak etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Öğretmenler, yazdıklarını sözel olarak paylaşmaları için zorlanmamalıdır.

*J* Rehberlik öğretmeni etkinliğin sonunda mektupları toplar.



|  |  |
| --- | --- |
|  | **D. VELİ ETKİNLİKLERİ\*** |
| **Etkinlik Adı:** | **Kazanımlar:*** Okul öncesi ve ilkokul dönemi çocuğunun cinsel gelişim özelliklerini bilir.
* Çocuğunu cinsel gelişimi ile ilgili doğru bilgilendir­menin önemini kavrar.
 |

Çocuğumu Tanıyorum, • Cinsel istismarın tanımını bilir.

|  |  |
| --- | --- |
| Yanında Duruyorum | * Cinsel istismardan çocuğunu nasıl koruyacağını bilir.
* Cinsel istismar durumunda nereden yardım alacağını bilir.
* Çocuklara verilecek cinsel eğitimin içeriği hakkında bilgi sahibi olur.
* Cinsel istismarın belirtilerini fark eder.
 |

Benim Başıma Gelir mi? • Cinsel istismarın belirtilerini fark ettiğinde neler

|  |  |
| --- | --- |
|  | yapabileceğini bilir. |

\* Uygulayıcı, etkinlikleri uygulamadan önce gerek görürse grubun ve ortamın özelliklerine uygun bir ısınma etkinliği kullanmalıdır.

ETKİNLİK ADI

ÇOCUĞUMU TANIYORUM, YANINDA DURUYORUM

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

VELİ (Okul öncesi ve ilkokul velileri için)

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Okul öncesi ve ilkokul dönemi çocuğunun cinsel gelişim özelliklerini bilir.
* Çocuğunu cinsel gelişimi ile ilgili doğru bilgilendirmenin önemini kavrar.
* Cinsel istismarın tanımını bilir.
* Cinsel istismardan çocuğunu nasıl koruyacağını bilir.
* Cinsel istismar durumunda nereden yardım alacağını bilir.
* Çocuklara verilecek cinsel eğitimin içeriği hakkında bilgi sahibi olur.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Kalem (etkinliğe katılan kişi sayısı kadar)
* EK-1 (Velinin kendi çocukluğundan örnekler verdiği soru-cevap kâğıdı)
* EK-2 (Velinin çocuğu ile ilgili örnekler verdiği soru-cevap kâğıdı)
* EK-3 (Rehberlik öğretmeni için, velilere yapılacak açıklamaların [çocuğu doğru bilgilendirmenin önemi ve aksi takdirde yaşanabilecek riskli durumlar vb.] bulun­duğu metin)
* Sunu (Okul öncesi ve ilkokul dönemi çocuğunun cinsel gelişim özellikleri, bu yaş­larda gözlemlenebilecek normal davranışlar vb. konuların yer aldığı kısa sunu)
* Sunu (Cinsel istismar kavramının ne olduğu, cinsel istismardan çocukları koruma yöntemleri, cinsel istismar durumunda nereden yardım alınacağı vb. konuların yer aldığı kısa sunu)

SÜRE

60-90 dakika

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

* “Değerli veliler, bugün sîzlerle ‘Çocuğumu Tanıyorum, Yanında Duruyorum’ ko­nulu etkinliği yapacağız.” der.
* Her katılımcıya birer tane olacak şekilde EK-1’i dağıtır, 5 dakika süre verir, soruları cevaplamalarını ister. Yazma işi tamamlandıktan sonra, katılımcılar arasından gö­nüllü olan varsa yazdıklarını grupla paylaşabileceğini söyler.
* Daha sonra her katılımcıya birer tane olacak biçimde EK-2’yi dağıtır, 5 dakika süre verir, soruları cevaplamaları istenir. Yazma işi tamamlandıktan sonra, katılımcılar arasından gönüllü olan varsa yazdıklarını grupla paylaşabileceğini söyler.
* Okul öncesi ve ilkokul dönemi çocuğunun cinsel gelişim özellikleri, bu yaşlarda gözlemlenebilecek normal davranışlar vb. konuların yer aldığı sunuyu paylaşır.
* EK-3’ten yararlanarak velilere, çocukların cinsel gelişimle ilgili sorularını yaşa uy­gun biçimde, doğru ve zamanında yanıtlanmasının önemi, aksi takdirde yaşanabi­lecek olumsuzluklar hakkında kısa bilgiler verir.
* Cinsel istismar kavramının ne olduğu, cinsel istismardan çocuklarını koruma yön­temleri, cinsel istismar durumunda nereden yardım alınacağı vb. konuların yer al­dığı sunuyu paylaşır.
* Çocuklara verilecek cinsel eğitimde, hangi bilgilerin verileceği konusunda velilere açıklamalarda bulunur (Bedeni tanıma, kız ve erkekler arasındaki biyolojik cinsi­yet farklılıklarını bilme, beden sınırlarını koruma, iyi-kötü dokunuşu ayırt edebilme, “Hayır!” diyebilme, cinsel istismarla karşılaştıklarında ne yapacağını ve kimden yar­dım isteyebileceğini bilme vb.).
* Son olarak velilerden gelen sorular varsa yanıtlayarak etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Velilerden eklerin doldurulmasında isim yazmaları istenmemeli ve yazdıklarını sö­zel olarak paylaşmaları için veliler zorlanmamalıdır.

*J* Rehberlik öğretmeni açıklamalarında yaş grubuna uygun olarak bilgi notlarını de- taylandırabilir.

*J* Rehberlik öğretmeni etkinliğin sonunda ekleri toplar.

*J* 20 kişilik veli gruplarında uygulanması önerilir.

EK-1

Velinin Kendi Çocukluğundan Örnekler Verdiği
Soru-Cevap Kâğıdı

1. Çocukken kızlar ve erkekler arasındaki biyolojik cinsiyet farklılık­larını merak ettiğinizde büyüklerinizle konuşabildiniz mi? Nasıl yanıtlar aldınız?
2. Bebeklerin nasıl dünyaya geldiğini merak etmeye başladığınızda, kimden bilgi aldınız? Size neler söylendi?
3. Yanıt alamadıysanız, neler hissettiniz ve yukarıdaki konularla ilgili merakınızı gidermek için ne gibi çözümler buldunuz?

EK- 2

Velinin Çocuğu İle İlgili Örnekler Verdiği
Soru-Cevap Kâğıdı

1. Çocuklarınız cinsel gelişimle (kız-erkek farkları, bebeğin dünyaya gelişi vb.) ilgili size ne tür sorular soruyorlar?
2. Sizin yanıtınız ne oluyor?
3. Çocuklarınızın bu konularla ilgili sorularını yanıtlarken ne tür güç­lükler yaşıyorsunuz?

EK-3

Rehberlik Öğretmeni İçin Örnek Açıklama Metni

“Fiziksel gelişim, sosyal-duygusal gelişim, zihinsel gelişim ne kadar normal/doğal ve önlenemez bir durum ise cinsel gelişim de aynı biçimde bütün çocuklarda devam eden normal ve önlenemez bir gelişim alanıdır. Çocukların sorularını görmezden, duymazdan gelmek ya da onları bu ko­nulara duydukları meraktan ötürü suçlamak, ayıplamak veya yargılamak aslında çocuğun kontrolünde/elinde olmayan bir durum için çocuğa ken­disini suçlu hissettirmeye sebep olabilir. Böylece çocuklar cinsel gelişimle ilgili sordukları sorulara zamanında, yaşa uygun, doğru/gerçekçi cevaplar alamadıklarında cevabı, oyunlarında, arkadaşları ile olan konuşmalarında, uygunsuz yayınlarda, internette vb. farklı yerlerde aramaya yönelebilirler. Bir başka deyişle, boşlukları çocukların kendi başına doldurmasına, me­rak ettiklerini, uygun olmayan davranışlarla kendi kendine öğrenmelerine sebep olmuş oluruz. Bu durum ise çocuğun riskli davranışlarda bulunma olasılığını arttırabilir. Çocuğu, kendini tehlikeye sokacak ya da geri dönüşü olmayan durumlara sürükleyebilir.”

ETKİNLİK ADI

BENİM BAŞIMA GELİR Mİ?

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

VELİ

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Cinsel istismarın belirtilerini fark eder.
* Cinsel istismarın belirtilerini fark ettiğinde neler yapabileceğini bilir.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Kalem (etkinliğe katılan kişi sayısı kadar)
* EK-1 (Senaryolar)
* Sunu (Cinsel istismarın tanımı, belirtileri, istismar durumlarında hangi duyguların yaşanabileceği ve nasıl tepkilerin verilebileceği, çocuklarda cinsel istismar duru­muyla ya da şüphesiyle karşılaşıldığında hangi kişi ve kurumlardan destek alına­bileceği ile ilgili bilgilerin yer aldığı sunu)

SÜRE

60-90 dakika

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

> “Değerli veliler, bugün sîzlerle ‘Benim Başıma Gelir mi?’ adında bir etkinlik ya­pacağız.” der.

* Senaryoların yer aldığı EK-1’den her katılımcıya birer tane olacak biçimde dağıtır, 5-10 dakika süre vererek soruları cevaplamalarını ister. Yazma işi tamamlandıktan sonra, katılımcılar arasından gönüllü olan varsa yazdıklarını grupla paylaşabilece­ğini söyler.
* Cinsel istismarın tanımını, belirtilerini, istismar durumlarında hangi duyguların ya­şanabileceği ve nasıl tepkilerin verilebileceğini, çocuklarda cinsel istismar duru­muyla ya da şüphesiyle karşılaşıldığında hangi kişi ve kurumlardan destek alınabi­leceğini, velilerden gelen dönütlerede yer vererek sunu ile açıklar.
* Velilerden gelen sorular varsa yanıtlayarak etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Velilerden, EK-1’in doldurulmasında isim yazmaları istenmemeli ve yazdıklarını sö­zel olarak paylaşmaları için veliler zorlanmamalıdır.

*J* Rehberlik öğretmeni etkinliğin sonunda ekleri toplar.

EK-1 Senaryolar

**SENARYO-1:** Çocuğunuz gece kalktı, titriyordu ve çok korktuğunu söylüyordu. Ona ne olduğunu sorduğunuzda, size neler anlattı/anlatabilir?

**SENARYO-2:** Çocuğunuzla birlikte bir akrabanızı ziyarete gittiniz. Eve dönerken çocuğunuzun her zamanki duygu durumundan farklı ola­rak dalgın ve durgun olduğunu gözlemlediniz. Çocuğunuzla bu gözlemi­nizi paylaşırken size neler anlattı/anlatabilir?

**SENARYO-3:** Çocuğunuz okuldan geldi. Üzerini değiştirmesini iste­diniz. Kolunda ya da bacağında morluklar gördünüz. Yemek yemek iste­mediğini söyledi. Zorlayarak bir şeyler yedirdiğinizde midesinin bulandı­ğını söyledi ve istifra etti. Çocuğunuzda gördüğünüz farklılıkları anlamaya çalışırken size neler anlattı/anlatabilir?

**SENARYO-4:** Çocuğunuzu, dayı/amca/dede/hala/teyze vb. bir akra­bası ile ya da kendisinden yaşça büyük yeğeni ile vakit geçirmesi için si­zin olmadığınız bir yere gönderdiniz. Eve döndüğünde her zamankinden farklı bir bedensel ifadesi vardı ve hiç konuşmadan odasına geçti. Akşam yemeği için çağırdığınızda aç olmadığını, yorgun olduğunu ve uyumak istediğini söyledi. Ne yapar, ne düşünür ve nasıl hareket edersiniz?



CİNSEL İSTİSMAR TRAVMASI GÜÇLENDİRİCİ ETKİNLİKLERİ[[4]](#footnote-5)

(Bireysel uygulanacaktır.)



A. OKUL ÖNCESİ - İLKOKUL ÖĞRENCİ ETKİNLİKLERİ

|  |  |
| --- | --- |
| **Etkinlik Adı:** | **Kazanımlar:** |
|  | • Kendisine yönelik olumlu/olumsuz davranışla- |
| İki Bahçe (Bireysel Etkinlik) | rı ve çevresindeki güvenli/güvensiz kişileri fark |
|  | eder. |
| Sihirli Halı (Bireysel Etkinlik) | • Zorlayıcı olayların ardından bilişsel ve duyuş- sal rahatlama yollarını bilir. |

ETKİNLİK ADI

İKİ BAHÇE

(Bireysel uygulanacaktır.)

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Güçlendirici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul (Bireysel Etkinlik)

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Kendisine yönelik olumlu/olumsuz davranışları ve çevresindeki güvenli/güvensiz kişileri fark eder.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Boya kalemleri
* Kırmızı ve siyah renkte kalem
* A4 Kâğıt

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

* Çocuk ile bireysel etkinlik yürütmek için gerekli olan iletişimi/samimiyeti önceden sağlar. Çocuğu uygun görüşme ortamına alır.
* “Bugün seninle biraz ailemizle, biraz da çevremizdeki diğer insanlarla ilgili ko­nuşacağız. Bunlarla ilgili biraz da resim yapacağız.” der ve A4 kâğıdını yatay şekilde çocuğun önüne koyar.
* Daha sonra “Senin hayatındaki en önemli kişiler kimler?Söyler misin?” diye sorar.

> Cevabını aldıktan sonra, ***“Haydi bakalım, şimdi bu kişileri buraya*** (kâğıdın üst kısmını göstererek) ***çizer misin?Sonra da çizdiğin resimlerin altına onların isim­lerini yazar mısın?"*** der (Çocuk okul öncesindeyse, isimleri rehberlik öğretmeni yazar, ilkokulda ise çocuğun yazmasını ister.).

> Daha sonra insan resimlerinin altına sağ tarafa kırmızı kalemle bir bahçe çizer (Bu­rada önemli olan kusursuz ya da başarılı bir çizim yapmak değil, bahçenin anla­mını doğru aktarmaktır.) ve ***“Şimdi buraya bir bahçe çiziyorum. İçinde çok güzel çiçekler ve meyve ağaçları olacak. Sen istediğin kişileri bu bahçeye götürmek­te özgürsün. Sence yukarıdaki kişilerden hangisi bu bahçeye girsin? Bahçeye götürmek istediklerini ok ile götürebilirsin.”*** der. Çocuğun istediği kişileri kırmızı bahçeye götürmesine imkân verecek şekilde 3-5 dakika süre tanır.

> Sonra “Kırmızı bahçeye girmesini istediğin kişiler bitti mi?" diye sorar. “Bitmedi.” cevabını alırsa devam ettirir. Soruyu bir süre sonra tekrar eder. ‘Evet.’ cevabını aldı­ğında, bu sefer insan resimlerinin sol alt tarafına siyah kalemle bir bahçe çizer ve “Şimdi de buraya siyah bir bahçe çiziyorum. İçinde dikenlerin ve kötü kokan ağaçların olduğu bir bahçe olacak. İstediğin kişileri de bu bahçeye götürmek­te özgürsün. Sence yukarıdaki kişilerden hangisi bu bahçeye girsin? Bahçeye götürmek istediklerini ok ile götürebilirsin.” der. Çocuğun, istediği kişileri siyah bahçeye götürmesine izin verecek şekilde 3-5 dakika süre tanır.

> Sonra ***“Siyah bahçeye gitmesini istediğin kişiler bitti mi?"*** diye sorar. Çocuk biti­rene kadar izin verir ve aynı soruyu tekrar eder. ‘Evet.’ cevabını aldığında, ***“Peki, sen bu iki bahçeden hangisine girmek istersin?”*** diye sorar.

> En sonunda, öğrenciye bahçeye yerleştirmeyi unuttuğu, eklemek istediği kişilerin olup olmadığını sorar, eğer varsa o kişilerin de bahçelere eklenmesini sağlar.

> Çocuğa yaklaşarak yumuşak ve anlaşılır bir ses tonuyla (fısıltı tekniği ile) çocuğa teşekkür eder .

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Kırmızı ve siyah renkler, kolay bulunan renkler olduğundan seçilmiştir. Çocuğa uy­gun farklı renkler tercih edilebilir.

*J* İki bahçe etkinliği çocuğun ailesi ve çevresindeki bireylerle ilişkisini anlayabilmek ve değerlendirmek için oluşturulmuştur.

*J* Bu etkinliğin, cinsel istismarla ilgili diğer etkinliklerden sonra yapılması (özellikle küçük yaş grubunda duyguları tanıma ve ifade etme, iyi/kötü dokunuş konuları çalışıldıktan sonra çocukların, kendilerine yönelik olumlu/olumsuz davranışları ve güvenli/tehlikeli kişileri ayırt ve ifade edebilmesinin daha kolay olması açısından) daha iyi sonuç verebilir.

*J* Çocuğun kendisini hangi bahçeye yerleştirdiği önemlidir. Siyah bahçeyi tercih et­mesinin çocuğun suçluluk ve öz değer duygusu ile ilgili olabileceği unutulmama­lıdır.

*J* Bahçelere yerleştirdiği kişilerin öncelik sırasına dikkat edilerek neden orada olduk­larına yönelik uygun sorular sorulabilir.

J Boş bırakılan bahçe var ise üzerinde durulmalıdır. Çocuğun olumlu ve olumsuz duygularını ve yaşantılarını ifade etmesinde sıkıntı yaşayabileceği olasılığı üzerinde durulmalı ve uygun açık uçlu sorular ile kendini ifade etmesine olanak verilmelidir.

J Resim, çocuktan izin alınarak saklanır, çocuğa verilmez. Çocuk ısrarla resmini gö­türmek isterse resmin fotoğrafı çekilebilir.

J Bu etkinlik özel eğitime ihtiyacı olan bir öğrenciye uygulanacaksa aşağıdaki uyar­lamalar yapılabilir:

❖ Görme yetersizliği olan öğrenci ile çalışılıyorsa resim çizmek yerine etkinlik so- ru-cevap biçiminde uygulanabilir.

ETKİNLİK ADI

SİHİRLİ HALI

(Bireysel uygulanacaktır.)

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Güçlendirici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul (Bireysel Etkinlik )

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Zorlayıcı olayların ardından bilişsel ve duyuşsal rahatlama yollarını bilir.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Resim Kâğıdı
* Farklı tür ve renkte boyalar

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

* Çocuk ile bireysel etkinlik yürütmek için gerekli olan iletişimi/samimiyeti önceden sağlar. Çocuğu, uygun görüşme ortamına alır.
* “Bugün seninle ‘Sihirili Halı’ adında bir etkinlik yapacağız. Bu etkinlik için göz­lerini kapatmanı istiyorum (Çocuk, gözlerini kapatmak istemezse zorlanmaz, bu­nun yerine masa üzerinde sabit bir noktaya bakarak odaklanması istenir.). Uçan bir halıya sahip olduğunu hayal et. Bu sihirli halı ile kendini güvende ve mutlu hissettiğin her yere gidebilirsin. Bu yolculukta yanına, sevdiğin ve seninle bir­likte olmasını istediğin kişileri ve eşyaları alabilirsin. Şimdi hayalinde, olmak istediğin bu yerdesin. Dikkatlice etrafına bak. Etrafında neler olduğuna bak. Yanında olmasını istediğin insanları düşün. O insanlarla yaptığın şeyleri dü­şün. Burada kendini çok rahat hissediyorsun.” der ve daha sonra;

> “Şimdi yavaş yavaş gözlerini aç. Şimdi, kurduğun bu hayalden aklında kalan­larla ilgili bir resim yapmanı istiyorum.” der.

> Çocuğa, resmini tamamlaması için yeterli süre verdikten sonra yaptığı resmi an­latmasını ister. Daha sonra çocuğa, kendini kötü hissettiği zaman benzer biçimde düşünebileceğini söyleyerek etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Çocuk gözlerini kapattıktan sonra yönerge onun hayal kurmasına imkân tanıyacak ses tonunda ve hızda okunmalıdır.

*J* Bu etkinlik özel eğitime ihtiyacı olan bir öğrenciye uygulanacaksa aşağıdaki uyar­lamalar yapılabilir:

❖ Hayal kurmakta güçlük yaşayan öğrenciden “Mutlu olduğun yer neresi?”, ”En çok neler yapmak/oynamaktan mutlu olursun?”, ”Mutlu olduğun zaman yanında hangi oyuncakların/arkadaşların olsun istersin?” gibi sorularla cevaplar alınarak bunlarla ilgili resim yapması istenebilir.

❖ Öğrenci resim yapmak istemezse ya da resim yapamayacak durumdaysa hayal­lerini sözel olarak ifade edebilir.

B. ORTAOKUL - LİSE ÖĞRENCİ ETKİNLİKLERİ

|  |  |
| --- | --- |
| **Etkinlik Adı:** | **Kazanımlar:** |
| Ben Değerliyim(Bireysel Etkinlik) | * Travma sonrası stres ile baş etmeyi kolaylaştıran sosyal, sanatsal, kültürel, bilimsel ve sportif etkinlikleri bilir.
* Travma sonrası stres ile baş etmede sosyal, sanatsal, kül­türel, bilimsel ve sportif etkinliklere katılımın önemini fark eder.
 |
| Güvenli Yer (Bireysel | • Zorlayıcı olayların ardından bilişsel ve duyuşsal rahatlama |
| Etkinlik) | sağlar. |
| Güvenli Limanlarım | • Koruyucu faktörlerin, travmatik yaşantılarla baş etme süre- |
| (Bireysel Etkinlik) | cindeki önemini fark eder. |

ETKİNLİK ADI

BEN DEĞERLİYİM
(Bireysel uygulanacaktır.)

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Güçlendirici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Ortaokul, Lise (Bireysel Etkinlik)

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Travma sonrası stres ile baş etmeyi kolaylaştıran sosyal, sanatsal, kültürel, bilimsel ve sportif etkinlikleri bilir.
* Travma sonrası stres ile baş etmede sosyal, sanatsal, kültürel, bilimsel ve sportif etkinliklere katılımın önemini fark eder.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Kalem
* EK-1 (İlgi Alanlarım)

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

* Etkinlik öncesinde, EK-1’i hazırlar. Öğrenci ile bireysel etkinlik yürütmek için gerekli olan iletişimi/samimiyeti önceden sağlar. Öğrenciyi, uygun görüşme ortamına alır.
* “Bugün seninle kendimizi iyi hissettiren, gelişimimize katkı sağlayan yararlı uğraşlarla ilgili bir etkinlik yapacağız.” der ve devam eder:

> “Her insan çok değerlidir. Zaman zaman bazı kişiler, olaylar ya da zihnimizden geçen bazı düşünceler kendimizi değersiz, çaresiz, umutsuz ya da suçlu hisset­memize neden olabilir. Başına ne gelirse gelsin, herkes çok özel ve değerlidir. Kontrolümüz dışında gerçekleşen üzücü olaylar sonrasında hiçbir şey yap­madan, hiçbir çaba serf etmeden bize kendimizi kötü hissettiren duyguların ve olumsuz düşüncelerin kendi kendine yok olmasını beklemek doğru olmaz. Olumlu bir bakış açısına sahip olmak, kendimize güvenmek, geleceğe umut­la bakmaya çalışmak bizi güçlü kılar ve bize cesaret verir. Yaşadığımız üzücü olaylar sonrasında, birlikte zaman geçirmekten hoşlandığımız, bize kendimi­zi iyi hissettiren insanlarla görüşmenin, ihtiyaç duyduğumuz noktada uzman desteği almanın yanı sıra; sosyal faaliyetler, sanat ve spor ile uğraşmak da biz- lere kendimizi daha iyi ve daha değerli hissettiren etkinliklerdir.” der ve devam eder:

* “Şimdi sana, kendini daha mutlu ve üretken hissetmene yardımcı olabilecek etkinliklerle ilgili bir form vereceğim. Bu formu kendi ilgi alanlarını ve hoşu­na gidebilecek etkinlikleri düşünerek doldurmanı istiyorum.” der ve EK-1’i verir. Formun doldurulması için öğrencinin ihtiyacına göre 15-20 dakika süre verir. Form doldurulduktan sonra öğrenciden, formda “Evet.” olarak işaretlediği maddeleri paylaşmasını ister. Daha sonra;
* “Peki, yapmaktan/uğraşmaktan zevk aldığın ve bu formda belirtilmemiş başka yararlı ve güzel uğraşlar olabilir. Onları da biraz daha düşün.” diye sorar ve varsa cevapları alır. “Bunları da formunun altındaki boşluğa ekleye­bilirsin.” der.
* Daha sonra aşağıdaki gibi bir açıklama ile etkinliği sonlandırır:
* “İnsanın sürekli yeni bir şeyler öğrenme ve üretme ihtiyacı vardır. En mutlu in­sanlar kendilerini üretken, verimli, işe yarar ve değerli hisseden insanlardır. Ya­şamımızı, daha mutlu ve kendine daha çok güvenen bir insan olarak sürdüre­bilmemiz için, hoşumuza giden ve aynı zamanda yararlı olan uğraşlara sahip olmalıyız. Bu uğraşlar hem beden hem de ruh sağlığımızı korur, kendimizi daha değerli ve üretken hissetmemize yardımcı olur. Bugün doldurduğun bu formu, evine götürmeni ve aklına geldikçe aşağıdaki boşluklara hoşuna giden başka yararlı etkinlikleri eklemeye devam etmeni istiyorum. Kendini kötü hissettiğin zamanlarda hoşuna giden ve aynı zamanda yararlı olan etkinliklerle uğraşmak, senin daha çabuk toparlanmana yardımcı olacağı için şartların izin verdiği öl­çüde bu etkinliklere zaman ayırabilirsin.” der ve etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Formun nasıl doldurulacağının anlaşılması ile ilgili bir sorun yaşanmaması için rehberlik öğretmeni formu eline alarak öğrenciye gösterir ve gerekli açıklamaları yapar. “Bilgim-Fikrim Yok” seçeneği altında işaretlenen maddeler öğrencinin yeni etkinlikler hakkında bilgi edinmesini sağlamak açısından bir fırsat olarak değer­lendirilebilir.

*J* Öğrenci formu eve götürmeden önce rehberlik öğretmeni formların birer foto­kopisini alarak daha sonra öğrencinin sosyal, kültürel, sanatsal, bilimsel ve sportif etkinliklere/uğraşlara yönlendirilmesi sürecinde bu bilgilerden yararlanabilir.

J Etkinlik sırasında doldurulan form sayesinde, öğrencinin belki de daha önce hiç görmediği ya da duymadığı uğraşların varlığından da haberdar olduğu vurgula­narak sosyal, kültürel, sanatsal, bilimsel ve sportif etkinliklere katılımı için cesaret verilmelidir.

J EK-1’de belirtilen etkinliklere, okulun bulunduğu çevrenin koşullarına göre ekleme veya çıkarmalar yapılabilir.

J Sosyo-ekonomik açıdan kısıtlı ailelerin çoğunlukta olduğu bölgelerde EK-1’de be­lirtilen etkinliklerden koşullara göre mümkün olanlarını öğrencilerin deneyimleye- bilmesi için okulun, ilçenin (Millî Eğitim Müdürlüğü, Belediyeler vb.) imkânlarının kullanımı ve desteği istenebilir. En kötü ihtimalle, bu etkinliklerin öğrencilere tanı­tılması için okullarda; içeriğinde video, resim vb. görsellerin, genel bilgi yazılarının bulunduğu haftalık tanıtım günleri düzenlenebilir. Konu ile ilgili isim yapmış kişi­ler, öğrencilere uzmanlık alanını tanıtması için okula, ilçeye davet edilebilir.

J Bu etkinlik özel eğitime ihtiyacı olan bir öğrenciye uygulanacaksa aşağıdaki uyar­lamalar yapılabilir:

* Formdaki soruların cevaplanması sırasında, ihtiyaç duyulması hâlinde rehberlik öğretmeni öğrenciye yardımcı olur.
* Formdan elde edilen bilgiler doğrultusunda veli, öğrencinin ilgi duyduğu yararlı uğraşlar hakkında bilgilendirilir.
* Etkinliğin sonlandırılmasında yapılan açıklamalar daha kısa ve açık cümlelerle ifade edilebilir.

EK-1

İlgi Alanlarım

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Sıra No:** | **İLGİ ALANI** | **EVET** | **HAYIR** | **BİLGİM- FİKRİM YOK** |
| **A)** | **SPOR** |
| **1** | Yürüyüş yapmaktan hoşlanırım/ hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **2** | Koşmaktan hoşlanırım/ hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **3** | Yüzmekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **4** | Basketbol oynamaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **5** | Voleybol oynamaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **6** | Futbol oynamaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **7** | Masa tenisi oynamaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **8** | Bovling oynamaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **9** | Okçuluk sporundan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **10** | Kürek çekme sporundan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **11** | Boks yapmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **12** | Halter / ağırlık kaldırma sporu ile uğraşmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **13** | Tenis oynamaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **14** | Jimnastik yapmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **15** | Pilates yapmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **B)** | **SANATSAL VE KÜLTÜREL ETKİNLİKLER** |
| **1** | Resim yapmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **2** | Resim sergilerine gitmekten hoşlanırım/ hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **3** | Öykü, masal, şiir, anı, şarkı sözü, senaryo vb. yazmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **4** | Müzik dinlemekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **EVET** | **HAYIR** | **BİLGİM- FİKRİM YOK** |
| **5** | Bir müzik aleti çalmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **6** | Beste yapmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **7** | Şarkı söylemekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **8** | Kısa film çekmekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **9** | Sinemaya gitmekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **10** | Tiyatroya gitmekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **11** | Oyunculuk / rol yapmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **12** | Fotoğraf çekmekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **13** | Fotoğraf sergilerine gitmekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **14** | Seramik yapmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **15** | Heykel yapmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **16** | Kişisel, kültürel ve edebi açıdan gelişimime katkı sağlayacak farklı türlerde kitaplar okumaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **17** | Okuduğum ya da izlediğim yayınlardaki sosyal, kültürel, felsefi vb. konuları arkadaşlarımla, ailemle, öğretmenlerimle tartışmaktan (görüş alış verişinde bulunmaktan) hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **18** | Gezmekten (görmediğim yerlere ya da şehirlere giderek oralarla ilgili bilgiler edinmekten) hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **19** | Yabancı bir dil öğrenmekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **C)** | **BİLİMSEL ETKİNLİKLER** |
| **1** | Elektronik ya da elektronik olmayan aletler yapmaktan / üretmekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **EVET** | **HAYIR** | **BİLGİM- FİKRİM YOK** |
| **2** | Bilimsel dergileri okumaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **3** | Bilimle ilgili programları izlemekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **4** | Bilimsel deneyler yapmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **5** | Beyin jimnastiği yapmamı sağlayacak oyunlarla (şiddet içerikli olmayan strateji oyunları, satranç, zekâ soruları, bulmaca vb.) uğraşmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **6** | İnternette ve diğer yayınlar aracılığıyla bilimsel konularda (uzay, tıp, bilim adamları, yeni bilimsel ve teknolojik gelişmeler vb.) araştırma yapmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **7** | İçinde matematiğin olduğu her türlü etkinlikten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **8** | Matematikle ve içinde matematik olan her şeyle ilgilenmekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **9** | Dijital oyunlar (bilgisayar oyunları vb.) tasarlamaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **10** | Kod yazımı (bilgisayar sektöründe yazılım oluşturma ve geliştirme) ile uğraşmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **D)** | **DOĞA VE ÇEVRE İLE İLGİLİ ETKİNLİKLER** |
| **1** | Doğa yürüyüşleri yapmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **2** | Kampa gitmekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **3** | Çiçek yetiştirmekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **4** | Sokak hayvanlarını beslemekten, onlara yardım etmekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **EVET** | **HAYIR** | **BİLGİM- FİKRİM YOK** |
| **5** | Doğa gözlemleri (bitkiler ve hayvanlarla ilgili) yapmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **6** | Doğayla (denizler, göller, dağlar, volkanlar, ormanlar, fırtınalar vb.) ilgili belgeseller izlemekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **7** | Hayvanlarla ilgili belgeseller izlemekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **E)** | **SOSYAL SORUMLULUK PROJELERİNE KATILIM** |
| **1** | Çevre temizleme çalışmalarına katılmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **2** | Ağaçlandırma çalışmalarına katılmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **3** | Doğal enerji kaynaklarının korunması ve kullanılması ile ilgili çalışmalara (denizlerin, nehirlerin ve atmosferin korunması, güneş enerjisin kullanımının ve yağmur sularının değerlendirilmesinin yaygınlaştırılması vb.) katılmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **4** | Belediyelerin hayvan barınaklarında gönüllü çalışmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **5** | Soyu tükenmekte olan hayvanları ve bitkileri koruma çalışmalarına katılmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **6** | Özel eğitime ihtiyacı olan bireyler için yürütülen çalışmalara destek vermekten hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **7** | Yaşlılara yönelik olarak yürütülen yardım ve destek çalışmalarına katılmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **8** | Kullanılabilir durumda olan fazla eşyaların ihtiyaç sahiplerine ulaştırılması ile ilgili çalışmalara katılmaktan hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **F)** | **DİĞER ETKİNLİKLER** | **EVET** | **HAYIR** | **BİLGİM- FİKRİM YOK** |
| **1** | Sağlıklı ve dengeli beslenmekten (vücudumuza faydalı besinleri yeterli miktarda tüketmekten) hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **2** | Yemek yapmaktan (özellikle farklı ve yeni tarifler denemekten) hoşlanırım / hoşlanabilirim. |  |  |  |
| **3** |  |
| **4** |  |
| **5** |  |
| **6** |  |
| **7** |  |
| **8** |  |
| **9** |  |
| **10** |  |

ETKİNLİK ADI

GÜVENLİ YER

(Bireysel uygulanacaktır.)

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Güçlendirici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Ortaokul, Lise (Bireysel Etkinlik)

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Zorlayıcı olayların ardından bilişsel ve duyuşsal rahatlama sağlar.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* A4 Kâğıt
* Boya Kalemleri

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

* Öğrenci ile bireysel etkinlik yürütmek için gerekli olan iletişimi/samimiyeti önce­den sağlar. Öğrenciyi uygun görüşme ortamına alır.
* “Şimdi seninle ‘Güvenli Yer’ adında bir etkinlik yapacağız. Bu etkinlik için san­dalyeye rahatça oturarbileceğin bir pozisyon al. Sana bazı cümleler okuyaca­ğım ve bu cümleleri zihninde canlandırmanı (hayal etmeni) istiyorum. Rahatça nefes alıp ver ve hazır olduğunda gözlerini kapat.” der (Öğrenci gözünü kapat­mak istemezse masa üzerinde belli bir noktaya bakarak etkinliğe devam edebilir.).

> “Şimdi, yemyeşil bir vadide olduğunu hayal et... Yemyeşil bir vadi... Masmavi gökyüzü... Güneş parlıyor. Ilık bir hava... Çevrede ağaçlar var, çiçekler var, kuş­lar uçuyor, uzaktan su sesi geliyor ve çok güzel rahatlatıcı bir koku var. Burada kendini çok rahat ve güvende hissediyorsun. Sana zarar verebilecek hiçbir şey yok. Olmasını istediğin her şey burada. Ve sadece. Senin yanında olmasını istediğin kişiler buradalar. Onlarla istediğin gibi ve istediğin kadar zaman ge­çirebilirsin. Bu yerde kendini çok huzurlu, çok rahat, güvende ve mutlu hissedi­yorsun. Sana ait olan bu yere bir isim ver.... Şimdi, yavaşça derin bir nefes alıp ver. O güzel kokuyu içine çek. Güneşin ısısını hisset. Kuşların, suyun, doğanın sesini dinle. Daha da rahat olduğunu, daha da huzurlu olduğunu hisset. Bu­raya istediğin zaman gelebileceğini, istediğin zaman ulaşabileceğini düşün. Buranın senin ‘güvenli yerin’ olduğunu bir kez daha düşün ve bu yerin adını tekrarla... Hazır olduğunda gözlerini açabilirsin.” der.

> ***“Şimdi, biraz önce düşündüğün ve hayal ettiğin kendi güvenli yerinin resmini yap."*** der (Burada önemli olan kusursuz ya da başarılı bir çizim yapmak değil, öğ­rencinin, hayalini dilediği şekilde resmetmesini sağlamaktır. Bu mesaj öğrenciye aktarılmalıdır.) ve resmi tamamlaması için öğrenciye süre tanır. Resmi tamamla­dıktan sonra öğrencinin resim üzerinde paylaşımlar yapmasına izin vererek etkin­liği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Rehberlik öğretmeni akış sürecinde çocuğun gözü kapalıyken fonda hafif bir me- ditasyon müziği vb. dinlendirici bir müzik kullanabilir.

*J* Öğrenci gözlerini kapattıktan sonra yönerge onun hayal kurmasına imkân tanıya­cak ses tonunda ve hızda okunmalıdır.

*J* Bu etkinlik özel eğitime ihtiyacı olan bir öğrenciye uygulanacaksa aşağıdaki uyar­lamalar yapılabilir:

* Öğrencinin kendini güvende ve mutlu hissettiği bir yer resmi çizmesi istenebilir.
* Resim çizemeyen ya da çizmek istemeyen öğrenci kendini iyi hissettiği yerlerle ilgili konuşulabilir.

ETKİNLİK ADI

GÜVENLİ LİMANLARIM
(Bireysel uygulanacaktır.)

TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

AMACI

Güçlendirici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Ortaokul, Lise (Bireysel Etkinlik)

UYGULAYACAK KİŞİ

Rehberlik Öğretmeni

KAZANIMLAR

* Koruyucu faktörlerin, travmatik yaşantılarla baş etme sürecindeki önemini fark eder.

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Kâğıt
* Kalem

SÜRE

1 ders saati

AKIŞ SÜRECİ

Rehberlik Öğretmeni;

* Öğrenci ile bireysel etkinlik yürütmek için gerekli olan iletişimi/samimiyeti önce­den sağlar. Öğrenciyi uygun görüşme ortamına alır.
* “Bugün seninle ‘Güvenli Limanlarım’ adında bir etkinlik yapacağız. Hayatımız­da zaman zaman bizleri zor durumda bırakabilen çok üzücü olaylar yaşayabi­liyoruz. Karşılaştığımız bu olaylar sonrasında toparlanmak ve yeniden günlük yaşam düzenimize dönmek zaman alabiliyor. Toparlanma gücümüzü destek­leyen bazı faktörler ise bu süreci (olumsuz olaylarla baş etme sürecimizi) bizim için kolaylaştırabilir. İşte bugün seninle, olumsuz yaşantılar sonrasında bizleri güçlü tutan koruyucu faktörlerle ilgili bir etkinlik yapacağız. Bu etkinlikte, bir gemi seyahatinde olduğunu düşünmeni istiyorum. Denize açılıp güzel yolcu­luklar yapıyorsun. Ancak kimi zaman denizde fırtınalar çıkıyor. Bu dönemlerde limana dönüp kendini güvende hissetmek adına bazı kişileri, değerleri ve anı­ları yanında gemiye götürebiliyorsun.” der.

> 1- “Şimdi gözlerini kapat... Gemi ile deniz yolculuğuna çıktığını düşün... Birkaç gün sonra havanın bozulmaya başladığını gördün ve limana dönmeye karar verdin. Sığınacağın ilk limanda aileni, akrabalarını ve arkadaşlarını gördün. Şimdi gözlerini aç.” der.

> ***“İlk kimleri gördün?’*** diye sorar ve cevapları alır.

> ***“Nelerhissettin?”*** diye sorar ve cevapları alır.

> 2- “Şimdi tekrar yola çıkma zamanı. Gözlerini kapat. ve limandan yanında sevdiklerinle birlikte ayrıldığını düşün. Güvertede sevdiklerinle birlikte oldu­ğun sırada, denizin sesini dinle ve denizin kokusunu fark et. Güneşli ve sakin günler böyle geçerken, bir gün gökyüzünde tekrar kara bulutların görünmeye başladığını gördün. Limana dön. Limanda bu sefer sana ait olan beceriler, ba­şarılar ve olumlu kişilik özelliklerin var. Bunları fark et... Şimdi gözlerini aç.” der.

> “Sence olumlu yönlerin nelerdir?” diye sorar ve cevapları alır.

> “Limandan sana ait olan bu olumlu özelliklerinle ayrılacaksın. Ayrılırken neler hissederdin?” diye sorar ve cevapları alır.

> 3- “Tekrar gözlerini kapat. Gemi yolculuğun kaldığı yerden devam ediyor... Sev­diklerini ve olumlu yönlerini düşünerek kendine olan güvenin iyice artıyor. Se­yahat devam ederken denizin dalgalarının yükselmeye başladığını görüyor ve tekrar limana dönüyorsun. Burada kasalar içinde kendi manevi ihtiyaçlarını ve değerlerini görüyorsun... Kasanın içinde maneviyatını ve değerlerini güçlen­dirmek için ihtiyacın olan çeşitli materyaller var. Evrensel değerler. dinî kitap­lar. gibi kitapların var... Manevi özelliklerini ve değerlerini hatırlayıp güçlen­meye ve rahatlamaya başladın... Şimdi gözlerini aç.” der.

> “Manevi değerlerinin korktuğun bir anda sana yardımcı olduğu zamanlar oldu mu? Anlatır mısın?” diye sorar ve cevapları alır.

> 4- “Şimdi yeniden gözlerini kapat... Tekrar gemidesin... Yolculuk günlerdir de­vam ediyor. Geminin yakıtı bitmeye başladı. Tekrar bir limana uğramaya karar veriyorsun. Bu limanda güzel anıların bulunuyor. Bu anılar gözlerinin önünde akıp gidiyor, hayata daha da bağlandığını hissediyorsun. ‘Ne olursa olsun, bu güzel anılar yaşandı ve çok daha güzellerini yaşayabilirim.’ diye dü­şünerek heyecanlanıyorsun. Şimdi gözlerini aç. Hangi güzel anıların aklına geldi paylaşır mısın?” der ve cevapları alır.

> “Etkinlik boyunca hangi duyguları hissettin?” diye sorar ve cevapları alır.

> “Sana kendini iyi hissettirecek başka ne gibi limanlar olabilir?” diye sorar ve ce­vapları alır.

> “Bugünkü etkinliğimizde travmatik yaşantılar sonrasında ailen, yakınların ve sevdiklerin, olumlu özelliklerin, ahlaki ve manevi değerlerin, güzel anıların vb. başka faktörlerin, yaşadığın zorlu süreçle baş etmene sağladığı desteğin far­kına vardın. Bundan sonraki yaşantında karşılaşacağın zorlu durumlarda bu ve buna benzer faktörleri göz önünde bulundurman önemlidir.” der ve etkinliği sonlandırır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Öğrencinin hikâyeyi imgeleyebilmesi için denizde ve limanda geçen süre uzatıla­bilir.

*J* Öğrencinin deniz korkusu, boğulma vb. korkuları varsa etkinlik uygulanmamalıdır.

*J* Bu etkinlik özel eğitime ihtiyacı olan bir öğrenciye uygulanacaksa aşağıdaki uyar­lamalar yapılabilir:

❖ *“Şimdi gözlerini kapat... Gemi ile deniz yolculuğuna çıktığını düşün... Birkaç gün sonra havanın bozulmaya başladığını gördün ve limana dönmeye karar verdin. Sığınacağın ilk limanda aileni, akrabalarını ve arkadaşlarını gördün... Şimdi gözlerini aç.”* yönergesi öğrencinin yaşadığı bölgenin özelliklerine uygun olarak uyarlanabilir. Örneğin denize kıyısı olmayan şehirlerde yaşayan öğrenciler için tren, otobüs vb. gibi yolculuklar olabilir. Gözlerini kapatmaktan rahatsız olan öğrenciye gözleri açık şekilde yalnızca “Yolculuğu hayal et.“ yönergesi verilir.

❖ Yukarıdaki etkinlikte yer alan dört maddenin yalnızca aşağıda uyarlanmış üç maddesi uygulanabilir: 1- “Yanında kimler vardı?” sorusu sorulur. 2- “Neleri seve­rek yaparsın, nelerde başarılısın (resim yapmak, müzik dinlemek, kitap okumak gibi)? Yolculukta bunlardan hangisini yapmak istersin? 3- “Üzgün, kaygılı, korktu­ğun zamanlarda neler yapmak seni rahatlatır/kendini iyi hissettirir?”

PSİKOSOSYAL DESTEK

PROGRAMI

ISINMA ETKİNLİKLERİ\*





ETKİNLİK ADLARI

SAYI TUZAĞI

FENER OYUNU

PATLIYOR PATLADI

EKİP ÇEMBERİ

SIRAYLA SÖYLE

KAP KAP

SESLİ DÖNÜŞÜM

TAVŞAN OL TAZI OL

GEÇİCİ EV

GÜVENLİ KOLLAR

DÜŞÜRME DEĞİŞTİR

HEDEF DANSI

KAÇAN BALON

ISINMA ETKİNLİKLERİ UYGULANIRKEN
DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

*J* Isınma etkinlikleri anonimdir ve Millî Eğitim Bakanlığı uzmanları ve öğ­retmenleri tarafından derlenmiştir.

*J* Isınma etkinliklerinin kullanılması zorunlu değildir. Uygulayıcı bu yön­de bir ihtiyaç hissettiğinde kullanabilir.

J Isınma etkinliklerinin amacı, grup üyeleri arasındaki iletişimin arttırıl­ması ve uygulanacak etkinliğe hazır oluşlarının sağlanmasıdır. Isınma etkinliklerinin hangi etkinliklerin öncesinde kullanılabileceğine uygula­yıcı tarafından dikkat edilmelidir. Kayıp travmalarında ısınma etkinlik­leri yerine duygusal paylaşımı arttıracak başka etkinlikler tercih edilebi­lir.

J Süre, uygulayıcı tarafından grubun dinamiğine ve uygulanacak diğer etkinliğin süresine göre belirlenmelidir.

J Isınma etkinlikleri bütün yaş gruplarında ve farklı hedef kitlelerde (öğ­retmen, veli vb.) uygulanabilir.

J Etkinliklerin amacı, bir kişinin ya da grubun galip gelmesi değildir. Bu nedenle grup üyelerinin arasında bir rekabet ortamının oluşmamasına mümkün olduğunca dikkat edilmelidir. Uygulayıcı tarafından gruba bu etkinliklerin bir yarışma olmadığı sadece eğlenmek için yapıldığı vurgulanmalıdır. Etkinliklerin sonunda bütün grup üyelerine olumlu geri bildirimler verilmelidir.

J Fiziksel temas içeren etkinliklerde grup üyelerinin birbirlerine zarar ver­melerini önlemek için gerekli hatırlatmalar yapılmalı ve önlem alınma­lıdır.

J Grubun cinsiyet konusundaki hassasiyetleri dikkate alınarak eğer karşı cinsiyetle fiziksel temastan kaçınıldığı fark edilirse bu tür etkinlikler ter­cih edilmemelidir.

J Eğer grup üyelerinden biri ya da bir kaçı etkinliğin tamamına ya da bir bölümüne katılmak konusunda isteksiz olursa teşvik edilmeli ama kesinlikle zorlanmamalıdır.

J Özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler etkinliklere katıldığında gerekli uyarlamalar yapılmalıdır.

ETKİNLİK ADI

SAYI TUZAĞI

AKIŞ SÜRECİ

* Grup halka olur.
* Ayakta ya da oturarak oynanabilir.
* Hedef, grupta kaç kişi varsa bu sayıya ulaşana kadar ardışık bir biçimde saymaktır. Örneğin grupta 20 kişi varsa amaç 1’den 20’ye kadar saymaktır.
* Kimin hangi sayıyı söyleyeceği bilinmeden, önceden anlaşılmadan, işaret vb. kul­lanılmadan karışık olarak sayılmalıdır.
* Uygulayıcının “Başla.” komutuyla saymaya başlanır.
* Her katılımcı sadece bir sayı söyleyecektir. Örneğin 3 diyen kişi tekrar bir sayı söy­leyemez.
* Bir sayı birden fazla kişi tarafından söylendiğinde ya da ardışıklık bozulduğunda başa dönülür.
* Hedeflenen sayıya ulaşıldığında oyun bitirilir.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Hedeflenen sayıya ulaşılmasının uzun süreceği düşünülürse, hedef sayı küçültü- lebilir ya da etkinlik belli bir süre sonra sonlandırılabilir.

ETKİNLİK ADI

FENER OYUNU

AKIŞ SÜRECİ

* Şaşırtmacalı bir oyundur.
* Gruptakiler, çember oluşturacak biçimde ayakta dururlar ya da yere otururlar.
* Oyun, bir oyuncunun ellerini birbirine yaklaştırarak “Büyük Fener” demesiyle baş­lar. Yanındaki oyuncu sırayla ellerini açarak “Küçük Fener” der ve oyun bu biçimde söz ve davranış zıtlığı ile devam eder.
* Hızlı oynandığında daha da eğlenceli hale gelen bu oyunda yanlış yaparak sırayı bozan oyundan çıkar.
* Kalan oyuncular tek kişi kalana kadar hızlı bir biçimde ellerini açarak ve kapatarak oyuna devam ederler.
* Tek kalan oyunu kazanır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Uzun süre bekleyen, çok düşünen, yanlış el hareketini yapan ya da yanlış ifadede bulunan oyuncular elenir.

*J* Uygulayıcı, elenen oyuncuların, sıkılmamaları için oyuna devam eden diğer oyunculara destek vermelerini sağlayabilir.

ETKİNLİK ADI

PATLIYOR PATLADI

ÖNERİLEN MATERYALLER

* 3 adet küçük plastik top
* Göz bandı

AKIŞ SÜRECİ

* Grup halka olur. Ortada bir ebe olur. Ebenin gözleri bağlanır ya da gözlerini kapa­tıp açmaması istenir.
* 3 küçük top halkadaki kişilerin her iki elinden de geçmek üzere elden ele dolaşır. Bu sırada ebe, gözleri kapalı olarak topların kimde olduğunu görmeden PATLI­YOR - PATLIYOR - PATLIYOR diye bağırır (grubun tahmin edemeyeceği biçimde ses uzatarak ya da birden söyleyerek).
* Ne zaman ki ebe PATLADI derse top kimin hangi elinde ise o el yanar (Top iki üye­nin eli arasında kalırsa, eli altta olan yanmış sayılır.).
* İki eli de yanan çıkar. Ebe değişebilir, yanan ebe olabilir. Oyun bu biçimde son kişi kalıp kazanana dek sürer.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

**ETKİNLİK ADI**EKİP ÇEMBERİ

AKIŞ SÜRECİ

* Grup, ayakta bir halka oluşturur.
* Ardından gruptakiler sağ ayaklarını çemberin merkezinde bir araya getirirler.
* Hep birlikte “bir-iki-üç-biz-e-ki-biz-bir-iki-üç” diye bağırırlar.
* “Üç” der demez gruptakiler bir tercihte bulunmak durumunda kalırlar. Ya sağ ayaklarını çemberin merkezinde tutarlar ya da sağ ayaklarını sol ayaklarının yanı­na çekerler.
* Sonra grup donar ve sayım yapılır.
* Hangi grupta daha fazla kişi varsa onlar elenir, az sayıda olanlar bir tur daha oy­narlar.
* Eğer eşitlik olursa hep beraber bir kez daha oynanır.
* Kalan kişiler “bir-iki-üç-biz-e-ki-biz-bir-iki-üç” diyerek oyuna devam ederler. Son kalan oyunu kazanır. Sona iki kişi kalırsa ikisinin de kazandığı kabul edilir.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

ETKİNLİK ADI

SIRAYLA SÖYLE

AKIŞ SÜRECİ

* Grup halka şeklinde ayakta durur.
* Her katılımcıdan, adlarının baş harfiyle başlayan bir sıfat bulmaları istenir.
* İlk olarak uygulayıcı, kendi adının baş harfiyle başlayan bir sıfatla birlikte kendi adını söyler (Sabırlı Seda gibi...).
* Daha sonra uygulayıcının yanındaki kişi önce, uygulayıcının söylediklerini (sıfatı ve adı) tekrar eder. Sonra kendi sıfatını ve adını söyler.
* Sıradaki katılımcı da aynı biçimde baştan başlayarak önce uygulayıcının, sonra da uygulayıcının yanındaki kişinin sıfat ve adlarını söyledikten/tekrar ettikten sonra kendi sıfatını ve adını söyler.
* Oyun bu biçimde dairenin en sonundaki kişi de (hepsini ve ardından kendininki- ni) söyleyince kadar devam eder.
* Oyun, yardım etmeden ve ipucu vermeden oynanır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Birbirlerini daha önceden tanımayan kişilerle oynanırken (örneğin velilerle), isim­leri hatırlamakta çok güçlük yaşanırsa üzerinde herkesin kendi isminin bulundu­ğu yaka kartları takılı olarak oyun oynanabilir.

*J* Kendi isminin baş harfiyle sıfat bulmada güçlük yaşandığı durumlarda ise kişi­lerin harf kısıtlaması olmadan, herhangi bir harfle başlayan ve kendilerini en iyi ifade eden/temsil eden sıfatı seçmeleriyle de oyun oynanabilir.

ETKİNLİK ADI

KAP KAP

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Kişi sayısı kadar sandalye

AKIŞ SÜRECİ

* Salonda tüm sandalyeler grup sayısından bir eksik olacak biçimde çember şek­linde yerleştirilir.
* Gruptan gönüllü biri ebe olur. Grupta gönüllü çıkmazsa uygulayıcı, gruptan bir kişiyi ebe olarak tayin eder.
* Ebe dışında herkes sandalyede oturur.
* Ebe, gruptaki kişilerin yer değiştirmesi ve kendine yer kapması amacıyla, kendi­ne göre bir ölçüt belirler (Kızı olanlar, oğlu olanlar, ebeveyn olanlar, öğretmen olanlar, siyah giyinenler, gözlüğü olanlar gibi...).
* Belirlenen ölçütü gruptaki herkesin duyacağı biçimde söyler.
* Söylenen ölçüte uyanların kalkıp hızlı bir biçimde yer değiştirmesi istenir.
* Bu arada ebe kendine bir sandalye kaparak oturur.
* Ayakta kalan ebe olur ve kendisinin belirleyeceği farklı bir ölçüt söyleyip kendine yer kapmasıyla oyun devam eder.
* Oyun, gruptaki herkes ebe olduktan ya da herkesin yer değiştirdiğinden emin olunduktan sonra, uygulayıcı tarafından sonlandırılır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Ölçüt belirlenirken, gruptaki kişileri tanıma adına özelliklerin söylenmesi, grubun birbirini daha iyi tanımasını sağlayabilir.

*J* Herkesin mümkün olduğunca uzak yerlerdeki sandalyeleri tercih etmesi konu­sunda uyarıda bulunulması oyunu daha eğlenceli hâle getirmektedir.

J Ölçüt, grubun çoğunluğunu kapsayacak biçimde belirlenirse, grubun çoğunlu­ğunun yer değiştirmesi ve hareket etmesi sağlanır.

ETKİNLİK ADI

SESLİ DÖNÜŞÜM

AKIŞ SÜRECİ

* Oyun ayakta, oturarak, halka biçiminde ya da klasik oturma düzeninde oynana­bilir.
* Gruptaki herkesten “a, e, ı, i, o, ö, u, ü” sesli harflerinden birini seçmesi istenir. Her sesli harfin en az bir kişi tarafından seçilmesi sağlanmalıdır.
* Herkes bir sesli harfi seçtikten sonra oyuna 1. sıradakiyle başlanır ve sırayla devam edilir.
* Sırası gelen kişi sadece seçtiği sesli harfi kullanarak günleri saymaya başlar. Ör­neğin “e” harfini seçen kişi günleri “PEZERTESE, SELE, ÇERŞEMBE, PERŞEMBE, CEME, CEMERTESE, PEZER” şeklinde saymalıdır (Günler yerine ardışık devam eden başka seriler de kullanılabilir. Örneğin aylar, sayılar gibi...).
* Günleri sayarken hata yapan kişi elenir.
* Bir kişi kalana kadar oyun tekrarlanabilir ya da uygulayıcı, sürecin işleyişine göre oyunu sonlandırabilir.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

ETKİNLİK ADI

TAVŞAN OL TAZI OL

AKIŞ SÜRECİ

* Grup uygun, geniş bir alana götürülür ve ikili eş olarak kol kola girmeleri istenir.
* Oyun alanı içerisinde birbirinden uzak 2 farklı köşe belirlenir. Köşelerden biri tav­şan diğeri de tazı köşesi olarak belirlenir.
* Uygulayıcı tarafından bir çift bozularak biri tavşan biri tazı olur ve köşelerine gön­derilerek oyun başlar.
* Tavşan kaçar ve tazı onu kovalar.
* Her çift bir tavşan yuvasıdır ve koşan tavşan bu yuvalardan birine girer. Girdiğin­de diğer taraftaki kişi yuvanın dışında kalır ve tazıdan kaçmaya başlar (Örneğin kaçan tavşan, tavşan yuvasındaki kişilerden sağ taraftakinin koluna girerse yuva­nın sol tarafındaki kişi yeni tavşan olur. Tazı, bu yeni tavşanı yakalamaya çalışır.).
* Tazı, tavşanı bir yuvaya girmeden yakalarsa yakalanan tavşan tazı olur, yakalayan tazı da tavşan olur ve uygulayıcı tarafından başlangıç köşelerine gönderilerek oyun tekrar başlatılır.
* Uygulayıcı bitirene kadar oyun devam eder.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Eğer sayı tek ise uygulayıcı da oyuna dâhil olmalıdır.

ETKİNLİK ADI

GEÇİCİ EV

AKIŞ SÜRECİ

* Grup uygun, geniş bir alana götürülür.
* 3’lü küçük gruplar oluşturulur.
* 3’lü grupların dışında kalan bir ya da iki kişi ebe olarak kalır.
* 3 kişiden 2’si birbirine dönük biçimde elleriyle çatı şekli oluşturur. Bu iki kişi ev sahibi olur.
* Bir kişi de aralarına girerek o evin kiracısı olur.
* Uygulayıcı, “KİRACI” diye bağırdığında kiracılar evlerinden çıkıp başka evler bul­maya çalışır.
* Bu arada ebe olanlar boşalan evlerden birine girerek kiracı olmaya çalışırlar.
* Uygulayıcı, “EV SAHİBİ” diye bağırdığında tüm grup dağılır ve başkalarıyla yeni ev sahipleri ve kiracılar oluşur.
* Boşta kalan kişi ya da kiracısı olmayan ev sahipleri ebe olur (Kiracılar ev sahibi olabilir, ev sahipleri de kiracı olabilir.).
* Oyunda kazanan olmaz, oyun uygulayıcı tarafından sonlandırılır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

ETKİNLİK ADI

GÜVENLİ KOLLAR

AKIŞ SÜRECİ

* Gruptan çift olmaları istenir.
* Çiftlerden biri diğerine arkasını döner, gözlerini kapatır ve kendini eşinin kollarına bırakır (Diğer eşe tutması söylenmelidir.). Kimse eşinin düşmesine izin vermeme­lidir.
* Çiftlerin her ikisi de bunu yaptıktan sonra grup eşit olarak ikiye bölünür ve birbir­lerine yakın durarak daire oluşturmaları istenir.
* Aralarından gönüllü olan biri ortaya geçerek kollarını bağlar ve kendini daire üye­lerine bırakır ve grup üyeleri onu düşürmemeye çalışarak destekler.
* Gönüllü üyelerin bunu tekrarlamaları istenir.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Sınıf mevcudu fazla ise sınıf birkaç gruba bölünebilir.

*J* Özellikle uzun süreli gruplarda yapılan bir uygulamadır.

*J* Grup üyeleri arasındaki güven duygusunun oluşup oluşmadığını anlamaya yar­dımcı olur.

J Çiftler oluşturulurken fiziksel güç açısından birbirine yakın kişilerin eşleşmesi sağlanabilir.

J Etkinlik yapılırken ortamda sivri, sert vb. cisimler olmamasına dikkat edilmelidir.

ETKİNLİK ADI

DÜŞÜRME DEĞİŞTİR

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Grup sayısı kadar A4 kâğıdı

AKIŞ SÜRECİ

* Grup en az 4 kişilik olmak üzere beşe ayrılır.
* Her 4 kişilik grup bir köşeye geçer. Bir grup ortada kalır.
* Uygulayıcı, 4 kişilik grup üyelerinin omuzlarının arasına bir A4 kâğıdı (Plastik top, balon vb. bir materyal de tercih edilebilir.) yerleştirir.
* Uygulayıcının “DEĞİŞTİR!” talimatıyla, gruplar bu kâğıtları düşürmeden yer değiş­tirmeye çalışırlar.
* Ortadaki grup, bu değiştirme esnasında kendine köşe kapmaya çalışır.
* Boşta kalan grup, ebe olur.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Gruplar yer değiştirirken, omuzları arasındaki kâğıdı 2 defa düşüren grup başlan­gıç noktasına dönerek yeniden hareket etmeye başlar. Eğer bu grup başlangıç noktasına döndüğünde kendi köşeleri dışında köşe kalmazsa yerinde kalamaz, ebe grup olur.

ETKİNLİK ADI

HEDEF DANSI

AKIŞ SÜRECİ

* Gruptan gönüllü bir ebe seçilir.
* Ebe, sınıfın bir duvarında arkası gruba dönük biçimde durur.
* Gruptaki her bir üye, sınıfın diğer duvarından ebenin bulunduğu duvara dans ederek ulaşmaya çalışır.
* Ebe “1-2-3 DUR!” diye bağırır ve arkasına döner.
* Ebe döndüğü anda hareket hâlinde olan grup üyesi, bir sonraki turda başlangıç noktasından başlayarak devam eder.
* Duvara kadar gelen oyunu kazanır.
* Oyunu kazanan ile ebe yer değiştirirler ve oyun bu biçimde devam eder.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

*J* Etkinliğin uygulanabilmesi için duvarlar arasında herhangi bir engel olmamalıdır (sıra, dolap vb.).

*J* Oyunu hareketlendirmek için grup üyeleri ebenin bulunduğu duvara ulaşmaya çalışırken müzik açılarak katılımcıların dans etmeleri istenebilir.

ETKİNLİK ADI

KAÇAN BALON

ÖNERİLEN MATERYALLER

* Grup üyesi sayısının 2 katı sayıda balon ve ip

AKIŞ SÜRECİ

* Grup üyelerine ikişer balon ve 2 parça ip verilir.
* Balonları şişirmeleri ve ipleri kullanarak iki ayaklarına da bağlamaları söylenir.
* Üyeler kendi balonlarını koruyarak diğerlerinin balonlarını ayaklarıyla patlatmaya çalışırlar.
* Balonu patlayan, oyundan çıkmaz.
* Balonlarını en sonuna kadar koruyabilen oyunu kazanır.

İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

**( ^ÂPsikososyal K^^Destek Programı**

1. Bu bölümde yer alan etkinlikler Millî Eğitim Bakanlığı uzmanları ve öğretmenleri tarafından geliştirilmiştir/uyarlanmıştır. [↑](#footnote-ref-2)
2. Uygulayıcı, etkinlikleri uygulamadan önce gerek görürse grubun ve ortamın özelliklerine uygun bir ısınma etkinliği kullanmalıdır. [↑](#footnote-ref-3)
3. Uygulayıcı, etkinlikleri uygulamadan önce gerek görürse grubun ve ortamın özelliklerine uygun bir ısınma etkinliği kullanmalıdır. [↑](#footnote-ref-4)
4. Bu bölümde yer alan etkinlikler Millî Eğitim Bakanlığı uzmanları ve öğretmenleri tarafından geliştirilmiştir/uyarlanmıştır. [↑](#footnote-ref-5)