



ALMANYA REHBERLİK BÜLTENİ



MAHREMİYET EĞİTİMİ

Değerli Veliler,
Sevgili Öğrenciler,

Mayıs
2024

40.Sayı

Berlin Eğitim Müşavirliği ve Karlsruhe Eğitim Ataşeliğinin koordinasyonu ile Berlin, Essen, Karlsruhe, Münih, Münster, Hamburg ve Stuttgart Eğitim Ataşeliklerimizdeki uzman öğretmenlerden oluşan yayın kurulumuz tarafından hazırlanan Almanya Rehberlik Bülteni'nin kırkıncı sayısını takdim ediyoruz.

Bu sayıda "Mahremiyet Eğitimi" konusu ele alınmaktadır. Bu sayının hazırlanmasında emeği geçen öğretmenlerimize teşekkür eder; bültenin veli, öğrenci ve konuya ilgi duyan tüm vatandaşlarımıza faydalı olmasını ve keyifle okunmasını dileriz.

Almanya Rehberlik Bülteni Yayın Kurulu



MAHREMİYET EĞİTİMİ

Mahremiyet Nedir?

Gizlilik anlamında kullanılan "mahremiyet" kelimesi, aynı zamanda aşılmaması gereken kişiye ait özel alanı ifade etmek için de kullanılmaktadır. Mahremiyet, kişinin zihinsel, bedensel, duygusal ve fiziksel sınırlarını kapsayan çok yönlü bir kavramdır.

Mahremiyet Hakkı Nedir?

Kişilerin, kendilerine dair bilgileri ne zaman, nasıl ve ne ölçüde diğerlerine aktarabileceklerini kendilerinin belirleme hakkıdır. Bu hak, kişinin başkalarının bilmesini istemediği her türlü bilginin korunmasını içerir.

Mahremiyet Eğitimi

Mahremiyet eğitimi, çocuğun kendisinin ve diğer insanların özelini fark etmesi, sosyal hayatta kendi özel alanını koruması, diğer insanların özel alanlarına saygı duyması ve kendisi ile çevresi arasında sağlıklı sınırlar koyması gibi bilgi ve becerileri içerir.



Mahremiyet Eğitimi, kişinin kendi mahremiyet alanına ilişkin farkındalık kazanması ve diğer insanların mahrem alanlarına karşı saygılı olması bakımından büyük öneme sahiptir.



Kişinin kendi özel alanının farkında olma ve mahremiyetini koruyabilme becerisi, iki yaşından itibaren çocuğa verilen mahremiyet eğitimiyle sağlıklı bir şekilde kazandırılabilir. Mahremiyet eğitimi anne baba tarafından verilir. Bu eğitimin sağlanması, çocuğun gerek ruh sağlığının gerekse beden dokunulmazlığının korunması adına büyük önem taşır. Kişinin mahremiyetini koruyamaması durumunda ise kişide fiziksel, duygusal, psikolojik, bilişsel ve sosyal açıdan ciddi problemler ortaya çıkabilmektedir.

Mahremiyet Psikolojik Bir İhtiyaçtır.

Mahremiyet Eğitimi Neden Önemlidir?

- Kişinin can, mal ve fiziksel güvenliğini sağlar; beden bütünlüğünü korur.
- Kendimizi özel ve değerli hissetmemizi sağlar; toplumsal saygı ve sevgi kaynağıdır.
- Başkalarının hakkımızda bilmemesi gereken bilgileri korur.
- İnsan olarak değerlerimizi, akıl ve ruh sağlığımızı korur.
- Başkalarının bizim hakkımızda karar almasını engeller.

Mahremiyet Bilincini Oluşturan Faktörler

Güvenli Bağlanma

Özellikle 0-2 yaş arasında gelişen güvenli bağlanma sürecinde, anne veya babanın bebeğin beslenme ve bakımını doğru zamanda, sevgi ve şefkatle yerine getirmesi, bireyin özgüven, öz-şefkat ve özsaygı duygularını geliştirmektedir. Özgüven duygusu yüksek bireyler, diğer insanlarla ilişkilerinde daha başarılı olmakta, kendi sınırlarını başarıyla korumakta ve diğer insanların sınırlarına da saygı göstermektedirler.

Öz- Şefkat

İnsanlar doğaları gereği hata yapabilirler. Öz-şefkat, hata yapabileceğimizi kabullenerek bizi kendimize karşı nazik ve anlayışlı olmaya, hatalarımızdan ders çıkarmaya ve karşılaştığımız sıkıntıları nasıl sağlıklı bir şekilde ele alabileceğimizi düşünmeye teşvik eder.

Öz-şefkat, olumsuz olaylara karşı kişinin tepkilerini yumuşatması nedeniyle psikolojik sağlamlığı desteklemektedir.

Psikolojik Sağlamlık

Kişinin zorluklar karşısında ve stres altındayken çevresine ve yaşamına olumlu bir biçimde uyum sağlamak için geliştirmiş olduğu kişilik özelliğine psikolojik sağlamlık denir. Psikolojik sağlamlığı olan bir kişide mahremiyet bilinci de sağlıklı bir biçimde oluşur. Bu bağlamda, ebeveynin psikolojik sağlamlık açısından çocuğuna karşı iyi bir örnek olması gereklidir.

Mahremiyet Bilincini Oluşturan Faktörler

Sosyal Destek

Çocuk, yaşadığı çevre içerisinde kendisini değerli görmeli ve hissetmelidir. Çocuğun kendisini değerli hissetmesi hem kendini koruması hem de başkalarının sınırlarına saygı göstermesi bakımından önemlidir.

Mahremiyet bilincinin oluşturulmasında, öz-şefkat gelişimine ve sosyal desteğe önem verilmelidir. Böylece kişi hem olumlu benlik algısına sahip olacak hem kendisini değerli hissedecek hem de kendisini çevresi tarafından kabul edilen biri olarak görebilecektir.

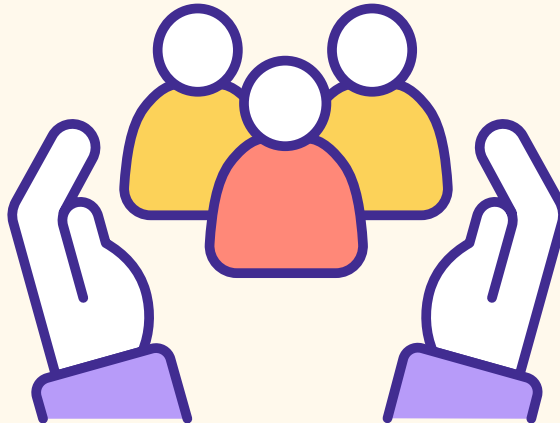
Sınır Koyma

Çocuğun yaşadığı topluma uyum sağlayabilmesi ve kendi haklarının nerede bitip başkalarının haklarının nerede başladığının farkında olabilmesi için küçük yaşlardan itibaren kuralları ve sınırları öğrenmesi son derece önemlidir.

Sınırlara ihtiyacımız olduğunu ve sınırların hayatımızı kolaylaştırmak için var olduğunu öncelikle kendimiz kabul etmeliyiz.

Ebeveyn ya da Bakım Veren Kişinin Tutumları

Demokratik, tutarlı, hoşgörülü, destekleyici ve güven verici bir tutumla anne-babalar, çocuklarının gelişimine olumlu yönde destek olmalıdır.



AİLELERE ÖNERİLER

- Çocuğun kendi mahremiyetini, özel alanını koruyabilmesi için öncelikle bu alanı çocuğa tanımlamak gerekir. Vücudundaki kişiye özel olan bölgeleri ve bu bölgelerin gizlenmesi gerektiği çocuğa iki yaşından itibaren anlatılabilir. Bu alanın başkalarından gizlenmesi, anne-baba ve doktorlar dışında bu bölgeye kimsenin dokunmaması gerektiği çocuğa öğretilir.
- Çocuk için tanımlanan özel alan aynı zamanda anne-babanın da özel alanıdır.
- Çocuk oturak ya da lazımlık kullanıyorsa, bu oturağın evin ortak kullanım alanlarına konmaması, sadece tuvalet ya da banyoda kullanılması önerilmektedir. Banyo ve tuvalet kapısı mümkünse kapalı tutulabilir.
- Küçük yaştan itibaren çocuğu başkalarının yanında giydirmemek ve altını değiştirirken bile bir başka odaya götürmek, çocuğun mahremiyetine saygı göstermektedir. Özellikle dört-beş yaşından sonra çocuğu iç çamaşırı ile yıkamak, iç çamaşırı çıkarırken ve temizlerken gözleri kısıarak ya da başı hafif yana çevirerek mahremiyete saygı gösterdiğimizi hissettirmek, çocuklarda mahremiyet duygusunun gelişmesine katkı sağlayacaktır.
- Kardeşleri dört-beş yaşından sonra birlikte banyo yaptırmamak, zorunlu olan durumlarda ise onları iç çamaşırları ile yıkamak çocuğun mahremiyet algısına katkıda bulunabilir.

Çocuklarınız "HAYIR" dediğinde ısrar etmeyin. Başkalarına da "HAYIR" diyebilsinler.

- Sevme amacıyla çocuğun yanağına dokunmak, öpmek, sarılmak gibi davranışlar çocuktan izin alarak yapılmalıdır. Çocuk, rahatsız olduğu durumları söylemesi için cesaretlendirilmeli ve desteklenmelidir.
- Çocuğun cinsel organlarını şaka konusu yapmak veya göstermesini istemek, onların özel alanlarının ihlalidir. Bu tür davranışlar, onları kendilerini kötü niyetli yabancılardan korumak konusunda etkisiz bırakabilir.
- İlkokul dönemi ile birlikte çocuklar için evde bir çekmece ya da sepet belirlenip, çocuğa özel eşyalarını buraya koyabileceği söylenebilir. Onun bu özel alanını anne-babanın izin alarak kullanması, çocuğun özel alan düşüncesini pekiştirir.

- Ergenlik dönemi ile birlikte gençlerin odasına izinsiz girmek, telefonlarını karıştırmamak, günlüklerini okumamak daha doğru bir davranıştır.
- Çocuklara dört-beş yaşından itibaren anne-babanın odası kapalı ise odaya kapıyı çalarak ve izin alarak girmesi gerektiği öğretilmelidir. Çocuğun odasına girerken kapısının çalınması, çocuğa iyi bir model oluşturacaktır.
- Çocukların kendi yaşlıları ile oynamaları gelişimsel açıdan daha uygundur. Çocuklar yaşça kendilerinden çok büyük çocuklarla oynarken ebeveyn denetiminde olmaları tavsiye edilmektedir.
- Çocukların kullandıkları bilgisayarların ekranı mümkünse görülebilir olmalıdır. Bilgisayar veya internet filtresi kullanılması tavsiye edilmektedir.

Çocuklarınız size göre ayıp sayılan bir şeyler anlatmak isterse onları susturmayın. Belki size anlatmak istediği önemli bir şey vardır.

KAYNAKÇA

- Çocuklarda Mahremiyet Bilinci, Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, 2023
- Mahremiyet Eğitimi, Pedagoji Derneği Yayınları
- Mahremiyet Eğitimi Nasıl Verilmeli, Prof.Dr.Nevzat Tarhan, Ü.Üni. Yay.

OKUMA ÖNERİLERİ

- Balyanaklar için Mahremiyet Kitabı. Saniye Bencik Kangal. Turta Kitap.
- Sır Versem Saklar mısın? Jennifer Moore-Mallinos. Redhouse Kidz Yay.
- Mahremiyet Eğitimi. Afife Çoruk. Beyaz Panda Yay.
- Benim Özelim. Kevser T. Yaralı, Gülsüm Mehdiyev. Nesil Çocuk Yay.
- Bedenim Bana Ait. Pro Familia. Gergedan Yay.

Bültenimizi sesli olarak dinlemek için
kodu cep telefonunuz ile taratabilir veya
bağlantı linkinden erişim
sağlayabilirsiniz.

[Sesli Bülten](#)



Bültenimizde yer alan konularla ilgili
deneyimlerinizi ve düşüncelerinizi
almanyarehberlikbulteni@gmail.com
adresine gönderebilirsiniz.

ALMANYA EĞİTİM MÜŞAVİRLİĞİ VE ATAŞELİKLERİMİZ



<http://berlinem.meb.gov.tr>
<http://berlin.meb.gov.tr>
<http://dusseldorf.meb.gov.tr>
<http://essen.meb.gov.tr>
<http://frankfurt.meb.gov.tr>
<http://hamburg.meb.gov.tr>
<http://hannover.meb.gov.tr>
<http://karlsruhe.meb.gov.tr>
<http://koln.meb.gov.tr>
<http://mainz.meb.gov.tr>
<http://munih.meb.gov.tr>
<http://munster.meb.gov.tr>
<http://nurnberg.meb.gov.tr>
<http://stuttgartegitim.meb.gov.tr>

Bu bülten,
Türkiye Cumhuriyeti Berlin Eğitim
Müşavirliği ve Karlsruhe Eğitim Ataşeliği
koordinesinde Almanya'da görevli
Psikolojik Danışmanlar ile Türkçe ve
Türk Kültürü öğretmenlerinden oluşan
yayın kurulu tarafından hazırlanmıştır.



YAYIN KURULU

Başkan
Prof. Dr. Erdal Tanas KARAGÖL
Berlin Eğitim Müşavir Vekili

Başkan Vekili
Dr. Aysel OKUDAN
Karlsruhe Eğitim Ataşeliği

Genel Sekreter
Yusuf GÜLMEZ – Berlin Eğitim Ataşeliği

Koordinatör
Feyza DİNÇER ARSLAN – Karlsruhe Eğitim Ataşeliği

İçerik Hazırlama
Bahrinur POLAT – Berlin Eğitim Ataşeliği
Duygu KARAGÜL YİĞİT – Stuttgart Eğitim Ataşeliği
Feyza DİNÇER ARSLAN – Karlsruhe Eğitim Ataşeliği
Hülya KIZILKAYA – Stuttgart Eğitim Ataşeliği
Merve TUĞAN KAMACI – Stuttgart Eğitim Ataşeliği
Leman GENCO – Karlsruhe Eğitim Ataşeliği
Mahmut IŞIK – Karlsruhe Eğitim Ataşeliği
Murat KOPAN – Münster Eğitim Ataşeliği
Nurgül ÇAKIR – Karlsruhe Eğitim Ataşeliği
Perihan AKYILDIZ – Essen Eğitim Ataşeliği
Seçkin ÇALIŞKAN – Karlsruhe Eğitim Ataşeliği
Sevgi M. KUÇUKSAKALLI – Stuttgart Eğitim Ataşeliği

Dil ve Anlatım Kontrolü
Ahmet HAMARAT – Karlsruhe Eğitim Ataşeliği
Burak KIZILIRMAK – Karlsruhe Eğitim Ataşeliği
Derya HASTÜRK – Stuttgart Eğitim Ataşeliği
Mehmet GÖRGÜLÜ – Karlsruhe Eğitim Ataşeliği
Sibel DEĞİRMENCİ – Karlsruhe Eğitim Ataşeliği

Tasarım
Bayram TAMTÜRK – Karlsruhe Eğitim Ataşeliği

Seslendirme
Alime ÇEVİK – Hamburg Eğitim Ataşeliği
Burak KIZILIRMAK – Karlsruhe Eğitim Ataşeliği
Derya HASTÜRK – Stuttgart Eğitim Ataşeliği

Sayı Sorumluları
İçerik: Bahrinur POLAT
Dil Anlatım Kontrolü: Mehmet GÖRGÜLÜ
Tasarım: Feyza DİNÇER ARSLAN
Seslendirme: Alime ÇEVİK

Yayın Sahibi
Berlin Eğitim Müşavirliği
Karlsruhe Eğitim Ataşeliği