



\*Bu kitabın her hakkı saklıdır. Hangi amaçla olursa olsun, kitabın tamamının veya bir kısmının Millî Eğitim Bakanlığı Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü'nün 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 Müdürlüğü'nün sorumluluğundadır. İfadeler UNICEF politikalarını ve görüşlerini yansıtmamaktadır.



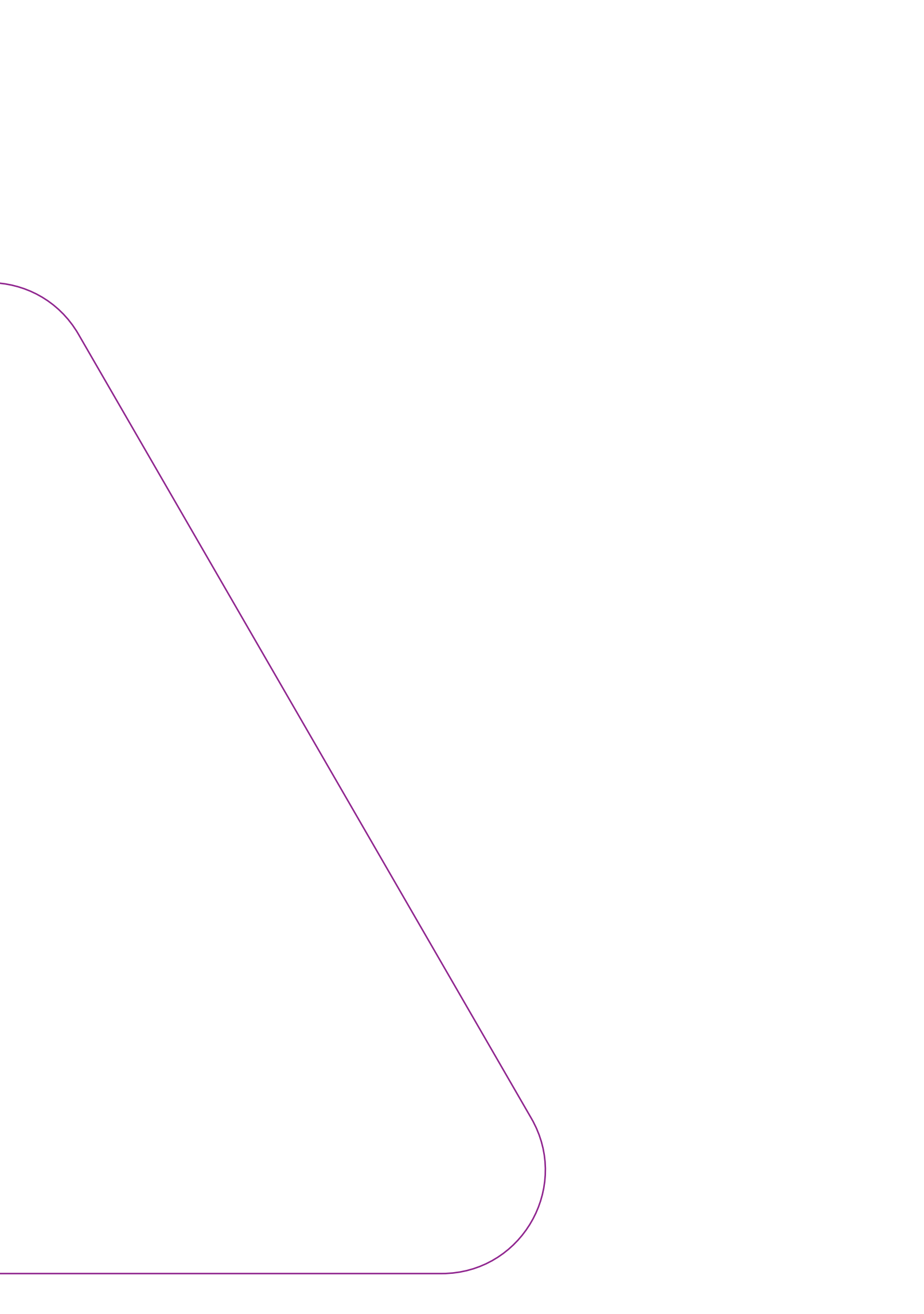
# CİNSEL İSTİSMAR TRAVMASI

DR. ÖĞR. ÜYESİ S. BARBAROS YALÇIN  
PROF. DR. YASEMİN ÖZKAN  
DR. ÖĞR. ÜYESİ ÇİLEM BİLGİNER



ÖZEL EĞİTİM VE REHBERLİK HİZMETLERİ  
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ







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 PIŞKIN  
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 ERDAÇ  
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 AKDAÇ  
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 DİLİÇİKİK  
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 IŞLEK  
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 SAÇ  
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

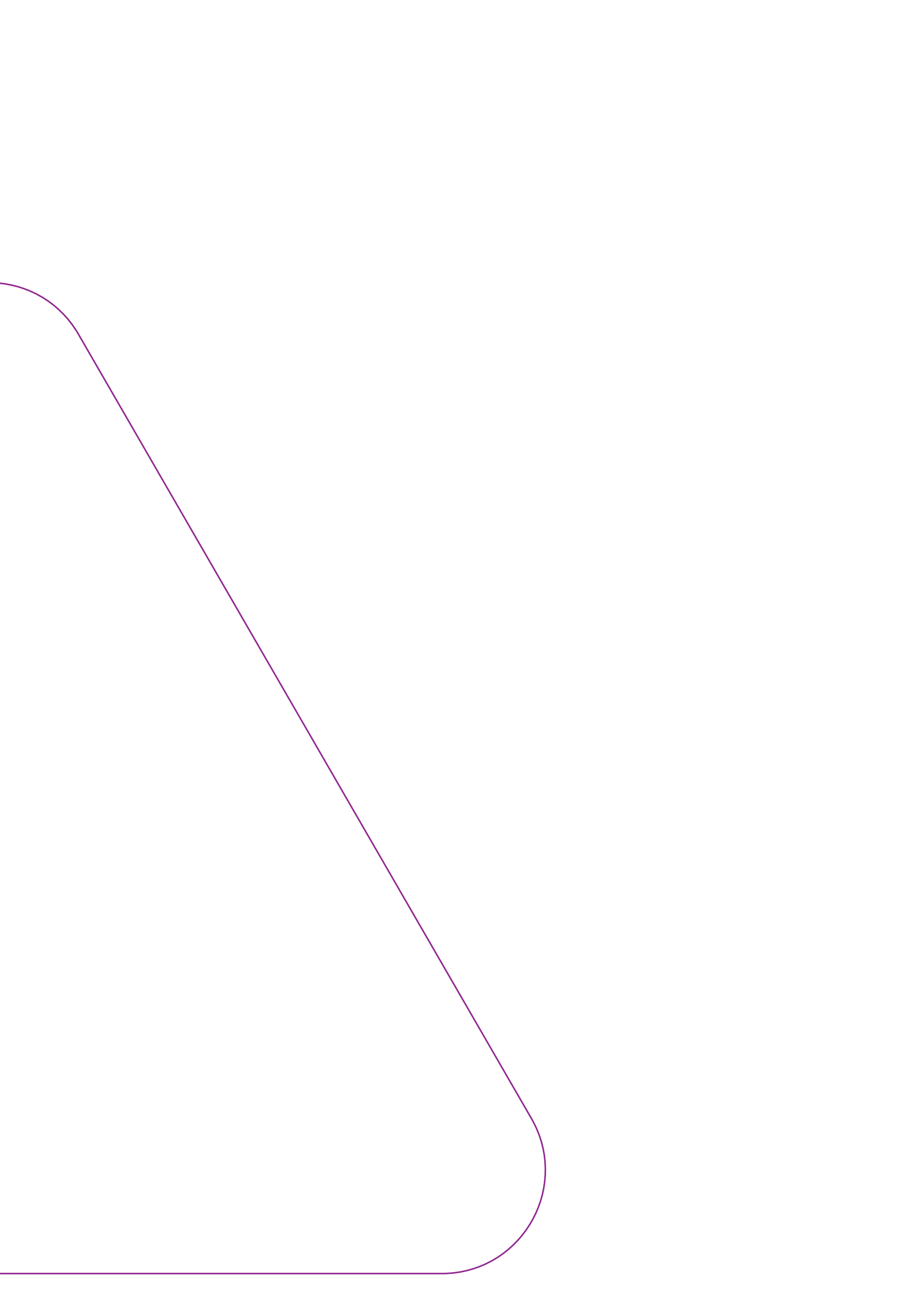
ÖN SÖZ	9
ÇOCUK VE ERGENLERDE CİNSEL EĞİTİM	13
Okul Öncesi ve Orta Çocukluk Döneminde Cinsel Eğitim	17
Ön Ergenlik ve Ergenlik Dönemlerinde Cinsel Eğitim	20
CİNSEL İSTİSMAR SONRASI PSİKOLOJİK	
GÜÇLENDİRME VE DESTEK	25
Cinsel İstismarın Çocuk Üzerindeki Etkileri	29
Cinsel İstismarın Belirlenmesi ve Cinsel İstismara	
Uğramış Çocuk ile Görüşme	31
Uzun Bir Süreçte Cinsel İstismara Uğramış	
Bir Çocuğa Nasıl Davranmalıyız?	35
KAYNAKÇA	39
CİNSEL İSTİSMAR TRAVMASI ÖNLEYİCİ ETKİNLİKLERİ	43
CİNSEL İSTİSMAR TRAVMASI GÜÇLENDİRİCİ ETKİNLİKLERİ	133
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 çalışmaları, mevzuat çalışmaları, içerik hazırlama çalışmaları, pilotlama çalışmaları ve değerlendirme çalışmaları 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.

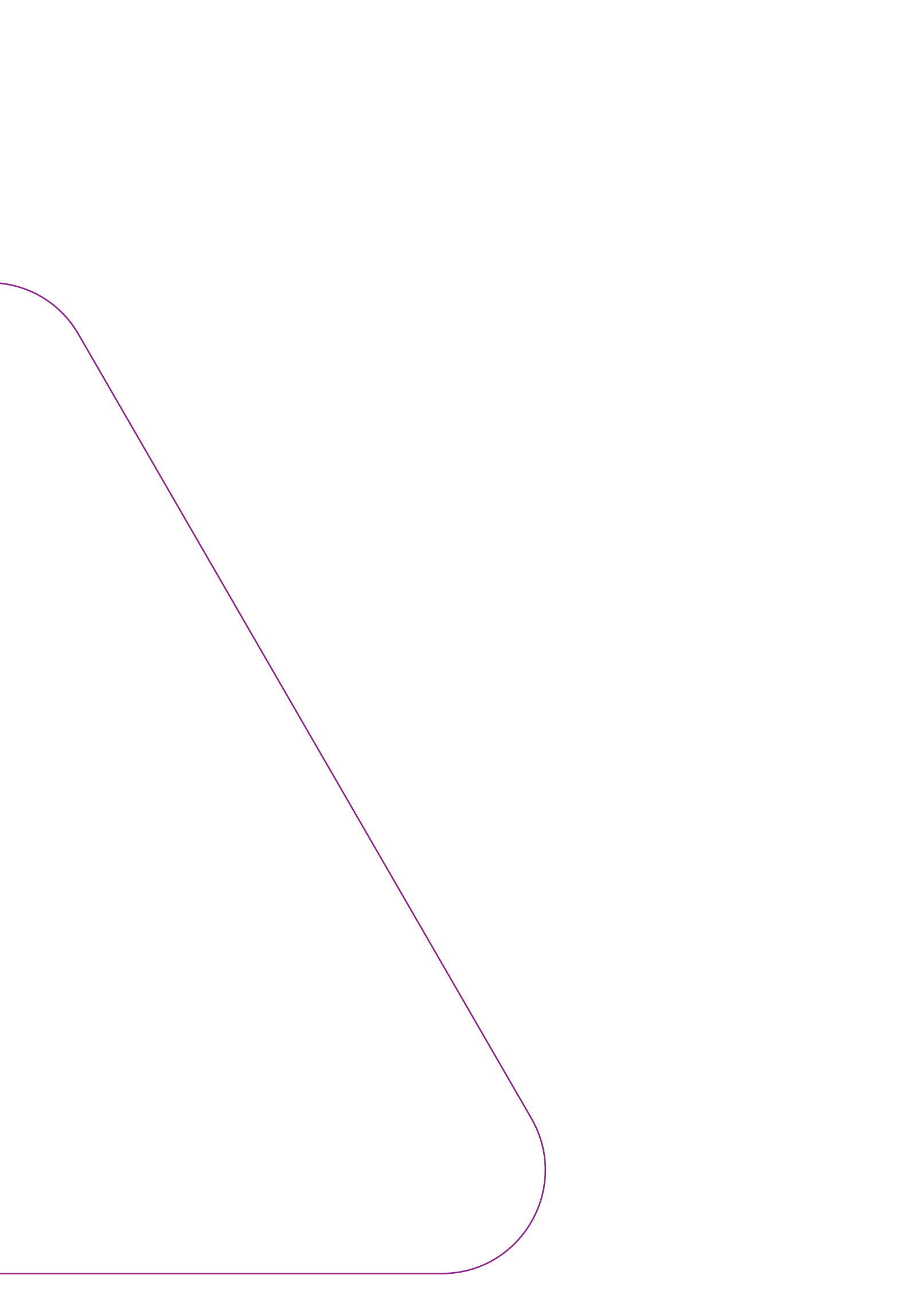
Travma konusunda sahada yürütülen çalışmalara destek sağlayacak bu programın hazırlanmasında emeği geçen akademisyenlere, Genel Müdürlük personelimize ve proje sürecinde katkılarını esirgemeyen değerli öğretmenlerimize teşekkür ediyor, Psikososyal Destek Programı'nın öğrencilerimize, ailelerimize, öğretmenlerimize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

Celil GÜNGÖR

Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürü



# ÇOCUK VE ERGENLERDE ÇİNSEL 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 uyarılar 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 gerçekleştiren 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 (Kürtüncü 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 tanımlanmıştır (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 yansıtabilen 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. Doğum-

dan itibaren ön ergenlik olarak kabul edilebilecek 9-11 yaş aralığına kadar olan evrede çocuklara öncelikli olarak cinsiyetini tanıtmaya, 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 (Kürtüncü 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 beklemekten bilgilendirmelere geçilmesi gerektiğini göstermektedir (Cappello, 2001). Cinsel merakın giderek arttığı, "Bu ne?" ya da "Neden?" şeklindeki soruların sıklığı 2-3 yaş arasındaki çocuklarda kendi bedenleri ve diğer çocukların bedenlerini keşfe yönelik davranışlar gözlemlenebilir. 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?” şeklinde 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 anlaşılımların 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 açıyor ise 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 büyüüp 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 uterusu 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 uterusu 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 öngöremedikleri 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 itibarıyla 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-mastürbasyon 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, tutum-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

konusulup 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 yönelmeleri 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 kültü-

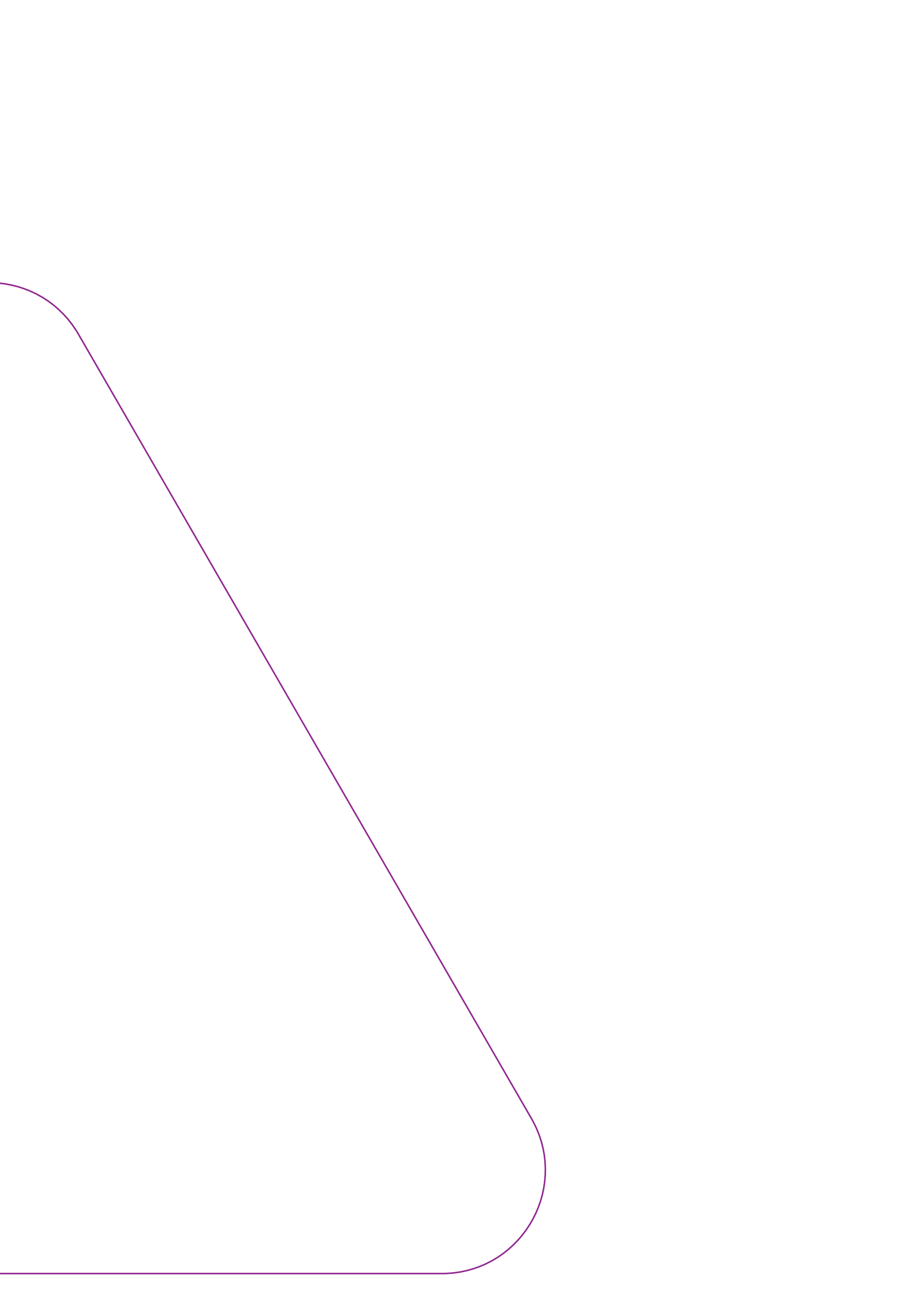
rel olarak benzer gruplardan seçilmiş olması eğitimin kalitesini ve kabul edilebilirliğini de arttıracaktır.

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 sağlıklı 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 bulunabilirler. 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 olmaktadır. 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 buldukları 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 kimseye 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 yaşanan 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 bilinçsiz şekilde yadsımlarına sebep olmaktadır. Birçok durumda yaşananların bir günah olarak çerçeveselendirilmesi 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, uyarılara 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 tanınması 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, anksiyete 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

İlgili 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 ebeveynler 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 bildiri 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 yaşatmamalıdır. 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-amcası 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 eğitilmiş 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 olmaları, 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 gözlemlenebilir. 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 kaldırmaktadır. 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 açıklanamamaktadır. Çocuklar başına gelen bu olaydan dolayı kendilerini suçlamakta ve cezalandırılacaklarına inanmaktadırlar (Ovayolu, Uçan ve Serindağ, 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 yöneltilecek 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-

findan, ne kadarının kolluk güçlerine ya da resmî kurumlara bildirilmediğinin 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 çalışacağını 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 şikâyetle 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 çocukluk-tan 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

- Akbaşı, 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 maltreatment as a risk factor for adult cardiovascular disease and depression. *Journal Clinical Psychiatry*, 65 (2), 249- 254.
- Bayrak, G., Başgöl, 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-based 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 pornography. *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 regulation 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 support. *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 beliefs about "normal" childhood sexual behaviors. *Child Abuse and Neglect*, 22, 289-304.
- IRC & UNICEF. (2015). Cinsel istismar mağduru çocuklara bakım kılavuzu, International Rescue Committee. s. 16.
- İşeri, E. (2008). Cinsel istismar. F. Ç. Çetin, B. Pehlivan Türk, 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 Center. (2011). *Child sexual abuse prevention and risk reduction: Literature review for parents & guardians*. Enola, PA: PCAR and NSVRC.
- Ponzetti, J. J. (2016). Sexuality education: Yesterday, today, and tomorrow. *Evidence-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 Studies Review* 14, 113-129.



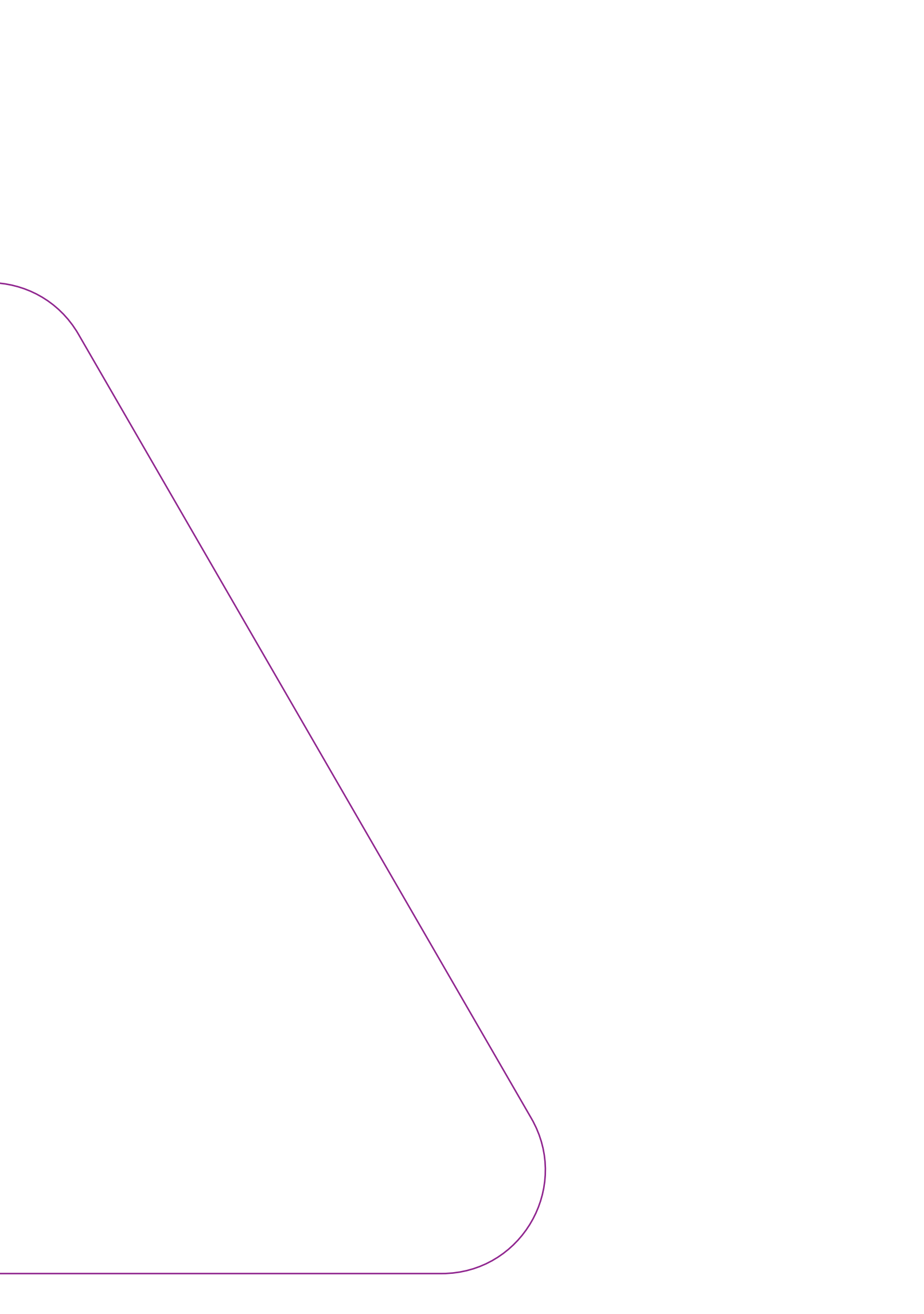
- Robinson, K., & Davies, C. (2017). Sexuality education in early childhood. *The palgrave handbook of sexuality education* içinde, Allen L, Rasmussen ML (eds.), Springer Nature, London s. 217-242.
- SIECUS. (2017). *Sexuality information and education council of the United States*. <http://www.siecus.org/>
- 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 education for their children: The implications for health education. *Health Education 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\*

\* Bu bölümde yer alan etkinlikler Millî Eğitim Bakanlığı uzmanları ve öğretmenleri tarafından geliştirilmiştir/uyarlanmıştır.





## A. OKUL ÖNCESİ - İLKOKUL ÖĞRENCİ ETKİNLİKLERİ\*

Etkinlik Adı:	Kazanımlar:
Duygularımı Tanıyorum, İfade Edebiliyorum	<ul style="list-style-type: none"><li>• Temel duyguları tanır.</li><li>• Doğru-yanlış davranışlarla karşılaştığında duygularını ifade eder.</li></ul>
Sınıfın Yeni Arkadaşı	<ul style="list-style-type: none"><li>• Çocuk hakları ile ilgili olarak farkındalık geliştirir.</li><li>• Güven içinde yaşayabileceği çevreyi ayırt eder.</li></ul>
Bu Benim Bedenim, Bedenimi Bilirim	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bedenindeki özel bölgeleri bilir.</li><li>• Özel bölgelerine kendisi dışındaki kişilerin dokunmaması gerektiğini fark eder.</li><li>• Beden sınırlarını korumak için nelere dikkat edeceğini bilir.</li></ul>
Güven Haritam	<ul style="list-style-type: none"><li>• Güven içinde yaşayabileceği okul ve çevresini ayırt eder.</li><li>• Güvenli yaşamı engelleyecek riskleri tahmin eder.</li></ul>
Melodi	<ul style="list-style-type: none"><li>• Cinsel İstismar anında neler yapabileceğine yönelik farkındalık kazanır.</li></ul>
"Hayır!" Diyorum, Sınırımı Koyuyorum	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kişisel ve bedensel sınırın önemini kavrar.</li><li>• "Hayır!" diyerek sınırını koruyabildiğini fark eder.</li><li>• "Hayır!" diyebilme becerisini geliştirir.</li></ul>
Yalnız Olmam Gereken Yerler	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mahremiyetini korumak için yalnız olması gereken yerleri bilir.</li></ul>

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

<b>ETKİNLİK ADI</b> DUYGULARIMI TANIYORUM, İFADE EDEBİLİYORUM
<b>TRAVMA TÜRÜ</b> Cinsel İstismar
<b>AMACI</b> Önleyici
<b>HEDEF KİTLE VE KADEME</b> ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul
<b>UYGULAYACAK KİŞİ</b> Rehberlik Öğretmeni
<b>KAZANIMLAR</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Temel duyguları tanır.</li><li>• Doğru-yanlış davranışlarla karşılaştığında duygularını ifade eder.</li></ul>
<b>ÖNERİLEN MATERYALLER</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• EK-1 (Mutlu Yüz Maskesi Görseli)</li><li>• EK-2 (Üzgün Yüz Maskesi Görseli)</li><li>• EK-3 (Öfkeli/KızgınYüz Maskesi Görseli)</li><li>• EK-4 (Korkmuş Yüz Maskesi Görseli)</li></ul>
<b>SÜRE</b> 1 ders saati
<b>AKIŞ SÜRECİ</b> <p>Rehberlik Öğretmeni;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Çocuklara maskeleri göstererek <b>“Sevgili çocuklar, bugün bazı duyguları ve bu duyguları nasıl ifade edeceğimizi öğreneceğiz. Burada</b> (maskeleri çocuklara göstererek) <b>bir mutlu yüz, bir üzgün yüz, bir öfkeli/kızgın yüz, bir korkmuş yüz maskesi var.”</b> der ve maskeleri çocuklara dağıtır.</li><li>➤ Daha sonra, aşağıdaki soruları çocuklara yöneltir:</li><li>➤ <b>“Arkadaşınız size izinsiz dokunduğunda neler hissedersiniz?”</b> 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.</li></ul>

- **“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 yaklaşır 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 oyuncuğunuz 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

- ✓ Grubun genel eğiliminden çok belirgin biçimde ayrışan çocuklar varsa uygulayıcı tarafından not edilmesi ve altında yatan etkenler araştırılmasının gerekebileceği unutulmamalıdır.
- ✓ Etkinlik öncesinde sınıftaki öğrenci sayısı kadar, her dört maskeden de çoğaltılacaktır (Etkinliği uygulamadan bir gün önce maskeler çocuklarla birlikte hazırlanabilir.).
- ✓ Küçük yaş gruplarında etkinlik süresi azaltılabilir.
- ✓ Sınıf mevcudunun fazla olması durumunda ekleri maske biçiminde hazırlamak yerine, her biri A4 kâğıdı biçiminde çoğaltılarak dağıtılabilir.
- ✓ 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.

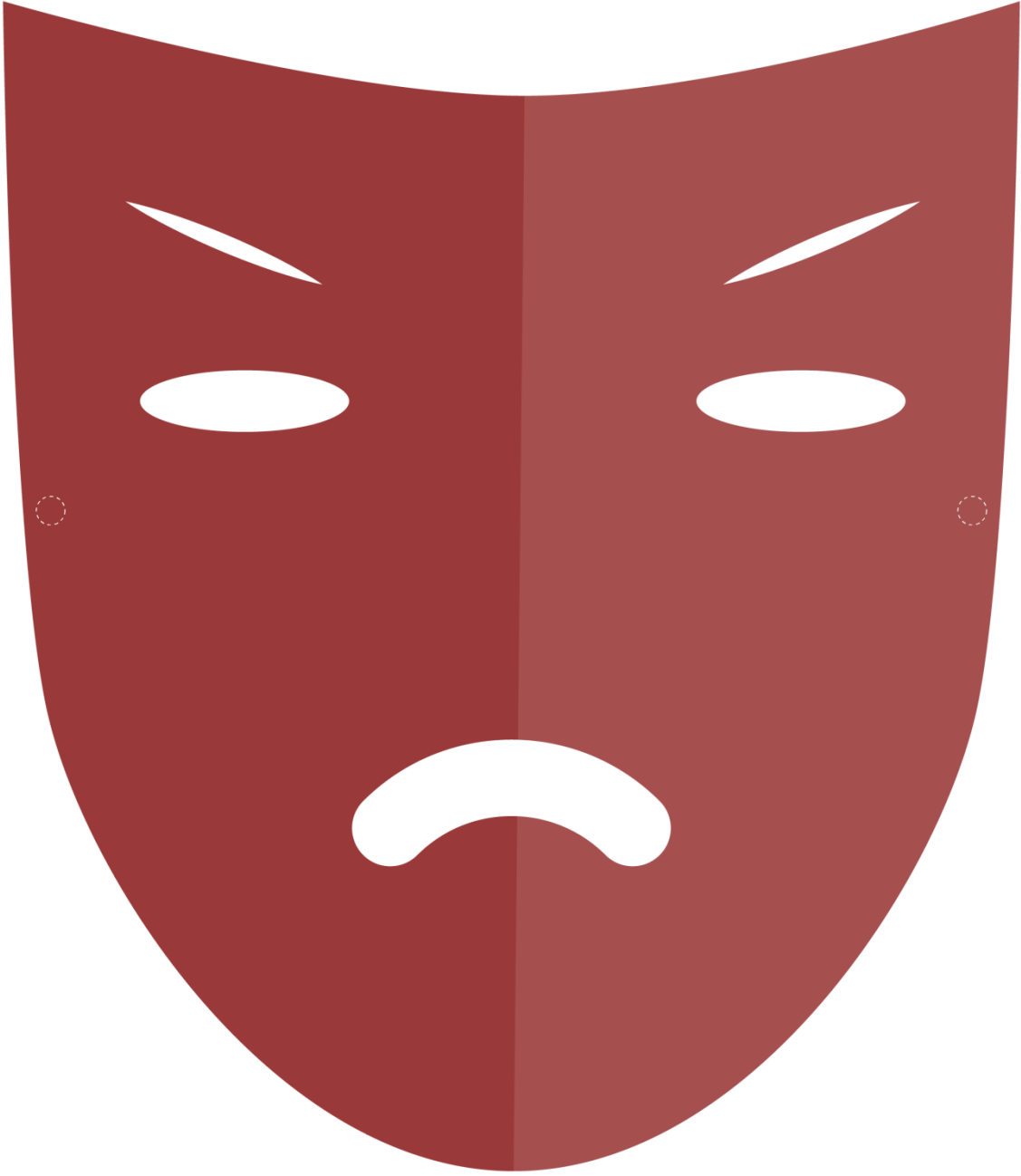
EK-1

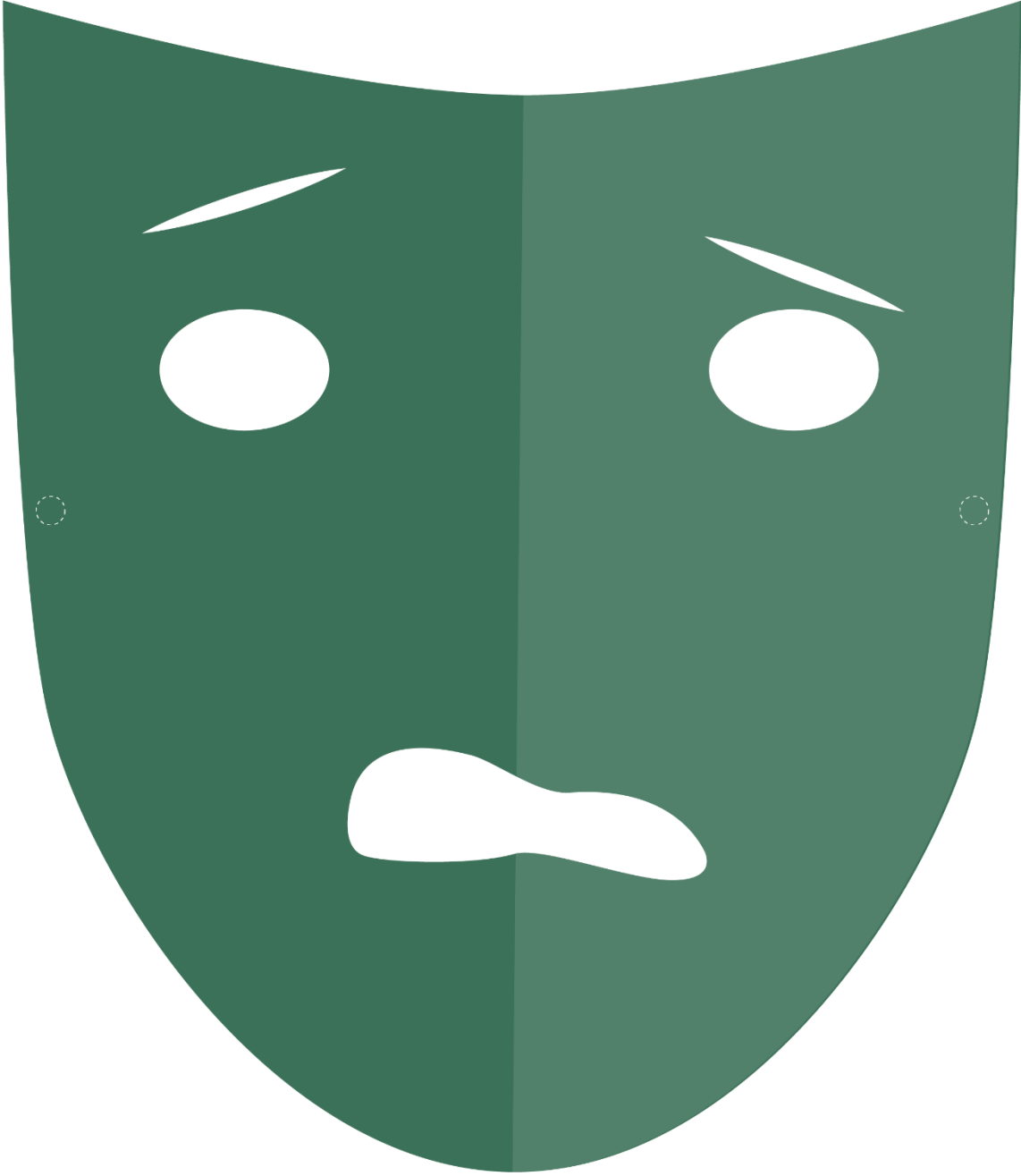






EK-3





**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 Davranışlar”
- “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 davranılması 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

- ✓ Öğretmenin, Çocuk Hakları Sözleşmesini etkinlikten önce edinip, inceleyip ve notlar çıkarması, etkinlik sırasında işini kolaylaştırabilir.
- ✓ Maketin boyutu, işlevsellik açısından 100 cm’den az olmamalıdır.
- ✓ Maket, daha sert bir malzemeden (mukavva, karton vb.) kesilerek de oluşturulabilir.
- ✓ Etkinlik okul öncesinde ve ilkokul 1. sınıflarda uygulanırken akış süreci içerisinde belirtilen yazma işlemleri yerine yalnızca konuşma yolu seçilebilir ya da uygun görseller oluşturulabilir.
- ✓ Bu etkinlik “Bu Benim Bedenim, Bedenimi Bilirim” etkinliğinden sonra uygulanırsa “özel bölgeler” konusu daha iyi pekiştirilmiş olur.
- ✓ “Özel Bölgeler” ile ilgili başlık işlenirken vücut dokunulmazlığı ve vücut/beden sınırlarının korunmasına ilişkin hakların vurgulanması, kazanımlara ulaşmada bütünlük sağlayacaktır.
- ✓ 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 sizlerle bedenimizle ilgili bir etkinlik yapacağız ve bedenimizi/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:

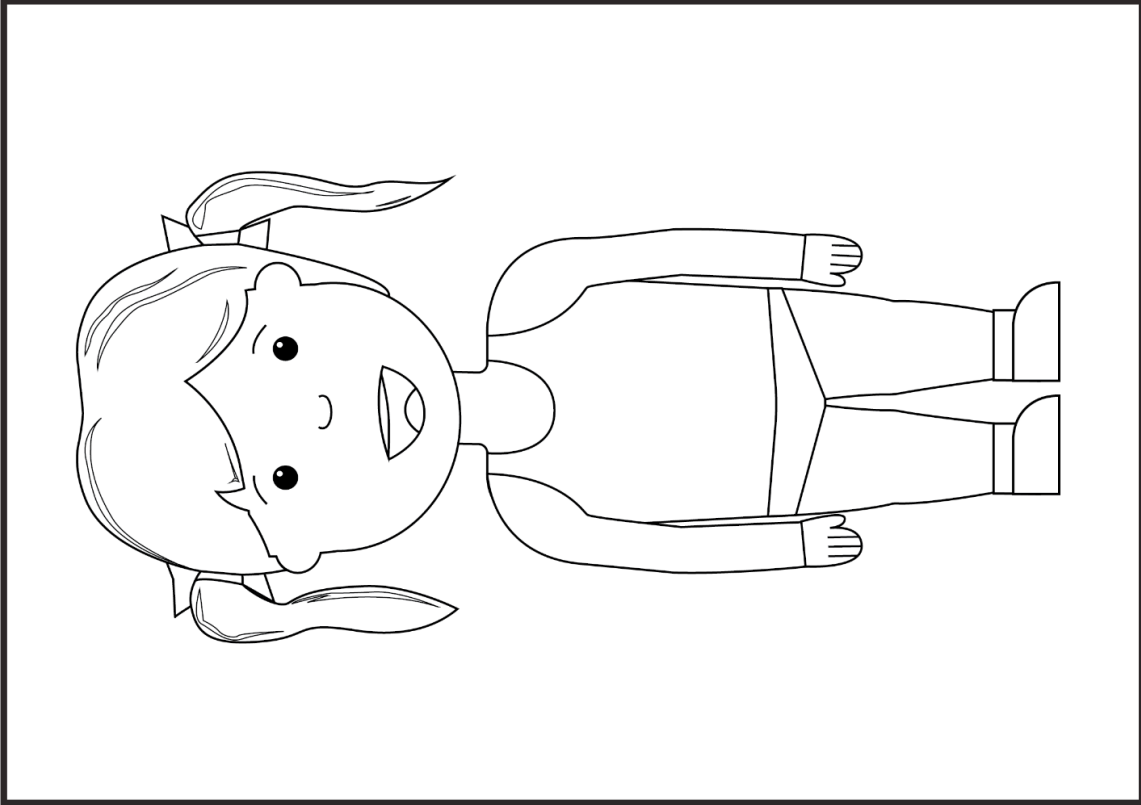
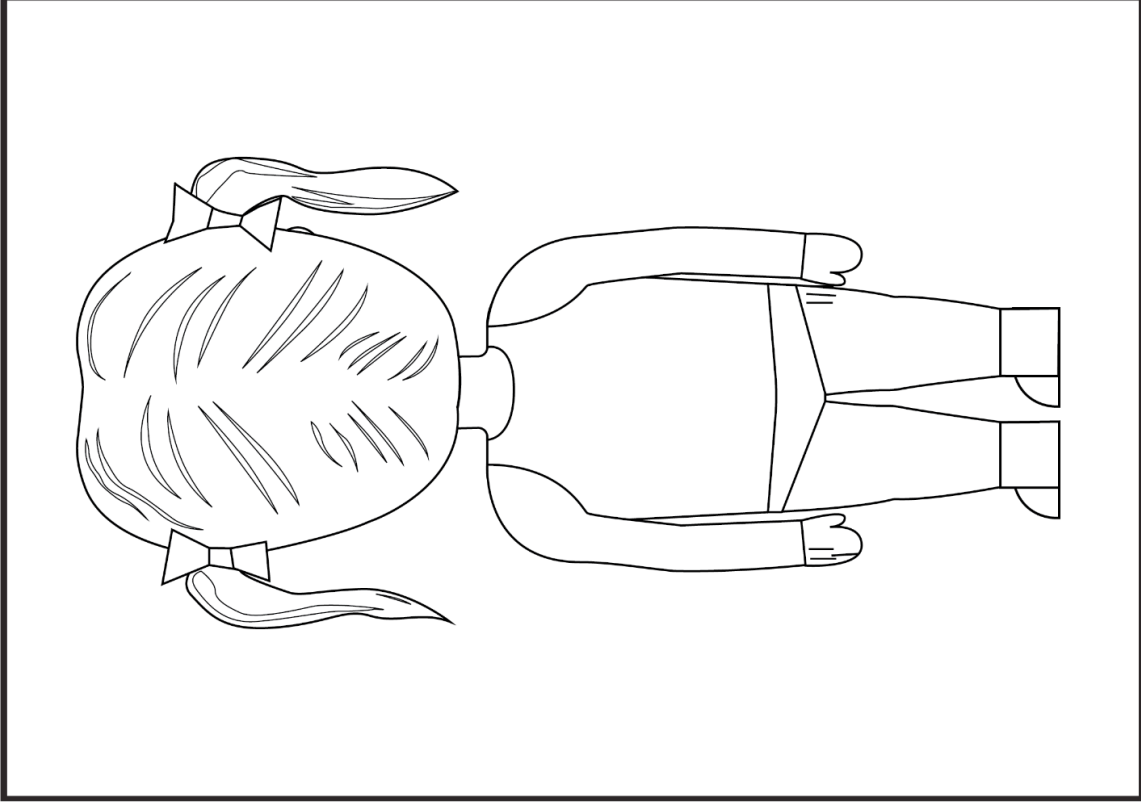
- **“Sevgili çocuklar, gördüğünüz gibi, hepimizin yüzü, gözü, saçı, eli, kolu, bacağı, ayakları** (vb. sıralamaya devam eder.) **var. Bedenimizin tamamı bize aittir. Bedenimize biz istemeden ve biz izin vermeden hiç kimse dokunamaz. Bir de bedenimizin özel bölgeleri vardır. Bedenimizin özel bölgeleri, 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 öpülebildiğine 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 büyüğümüz bize 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 yanımızdayken 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 ne-reler olduğunu, özel bölgelerimize bazı durumlar dışında kimsenin dokunma-ması gerektiğini ve beden sınırlarımızı/bedenimizi nasıl koruyacağımızı öğren-dik. 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.

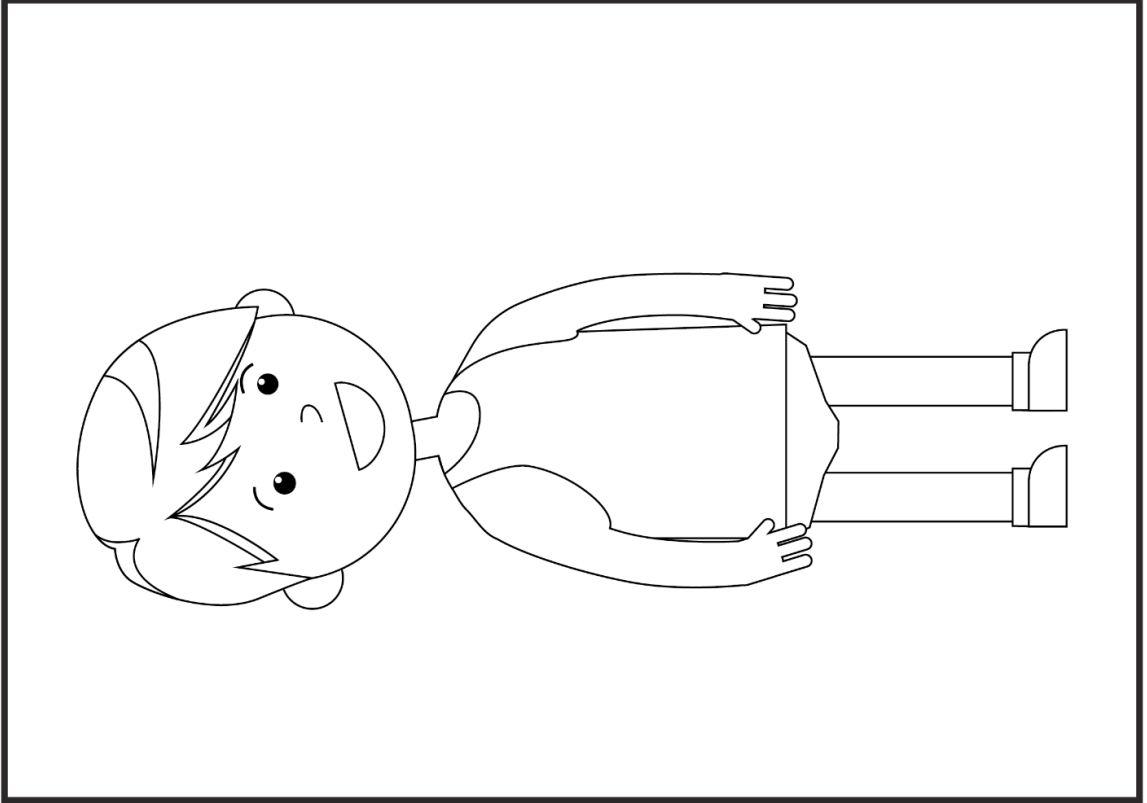
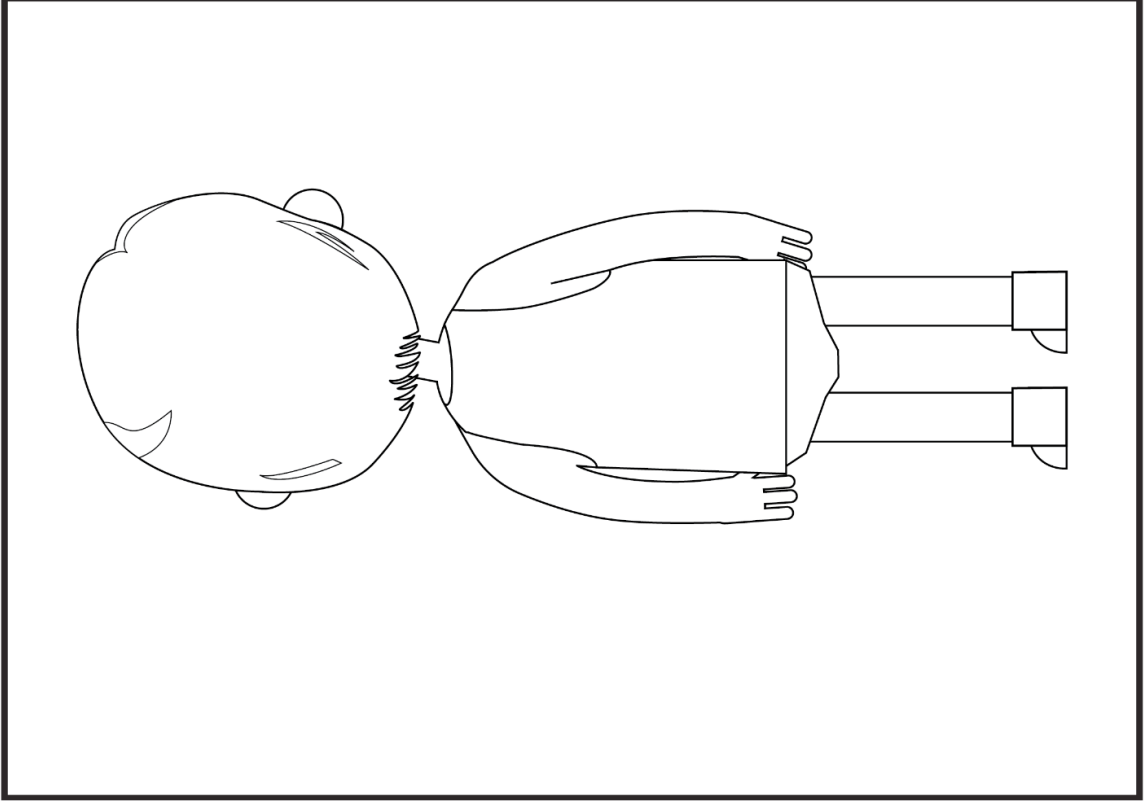
#### İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

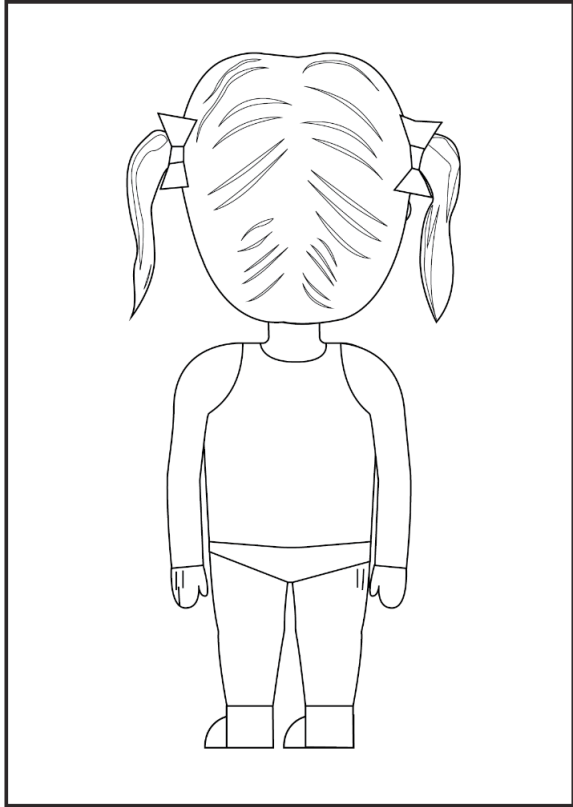
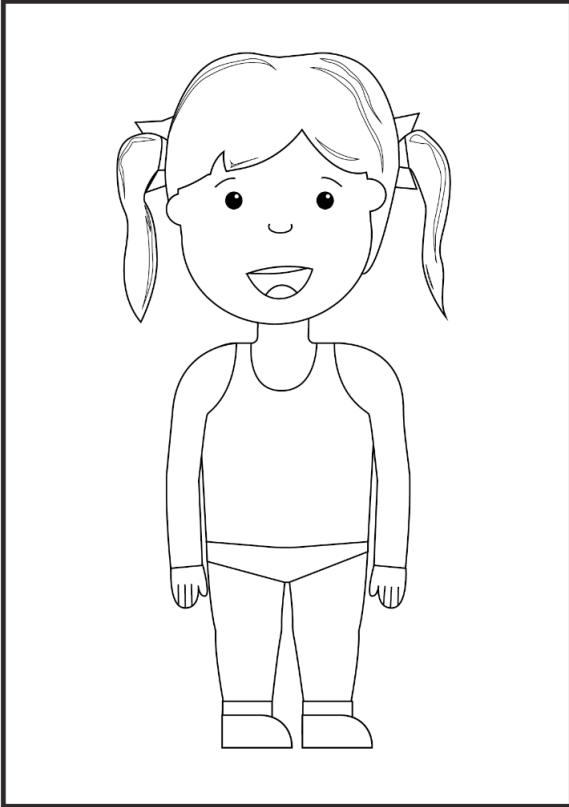
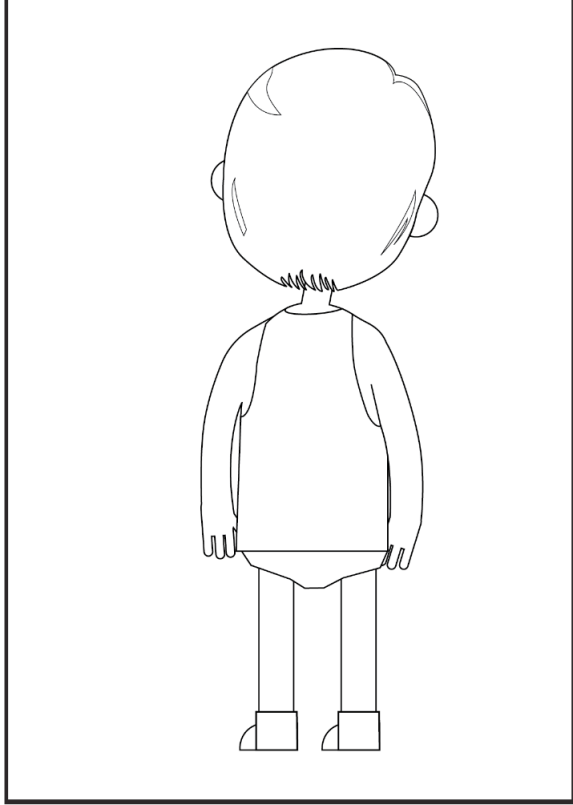
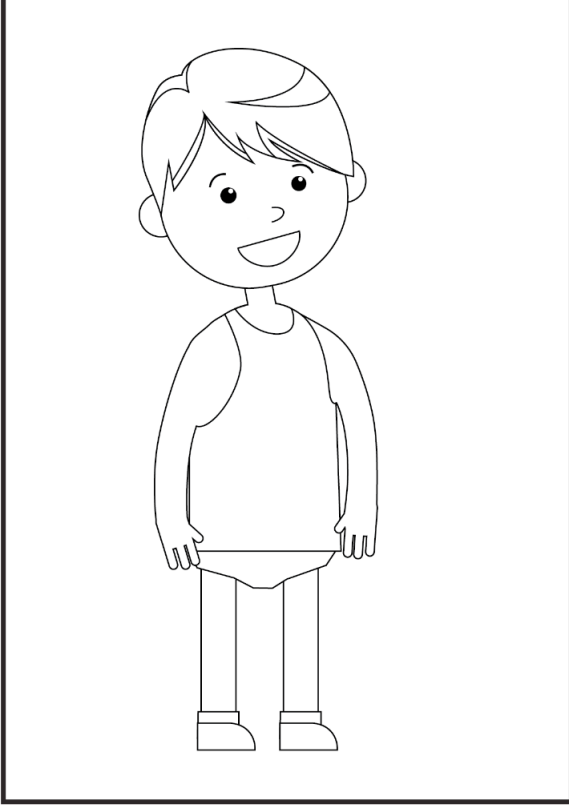
- ✓ Etkinlik akışı içerisinde yer yer belirtilmiş olsa da, etkinliği uygularken yapılan açıklamalar ve kullanılan ifadelerde okul öncesi ve ilkokul öğrencilerinin gelişim özelliklerine dikkat edilmelidir.
- ✓ Okulun bulunduğu çevrenin sosyal-kültürel özellikleri ve eğitim gereksinimleri göz önünde bulundurarak etkinliğin içeriği zenginleştirilebilir.
- ✓ 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.





EK-2





## 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;

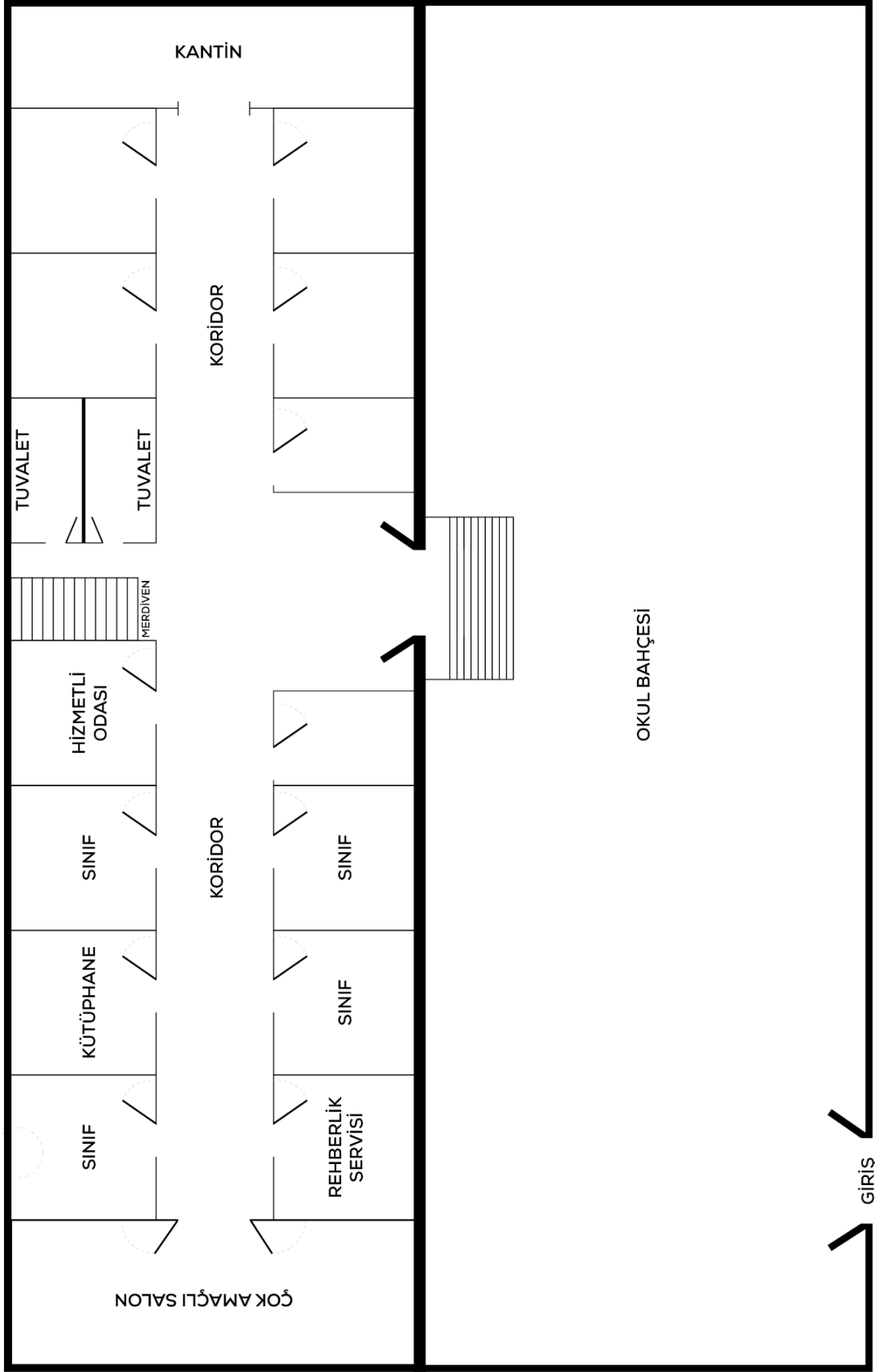
- Etkinliğe başlamadan önce, kullanılacak olan kroki hakkında öğrencilere açıklamalarda bulunur.
- **“Sevgili çocuklar, bugün sizlerle ‘Güven Haritam’ adında bir etkinlik yapacağız. Bazı yerlerde kendimizi güvende hissederken bazı yerlerde güvende olmadığımızı hissedebiliriz. Şimdi sizlere okulumuzun 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 paylaşımlarını 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

- ✓ Rehberlik öğretmeni ekte sunulan örnek krokiyi okulun katlarını dikkate alarak kendi okuluna uyarlayarak çizebilir.
- ✓ Etkinlik sırasında arkadaşı için işaretleme yapmak isteyen öğrencilere işaretleme yapacağı arkadaş sayısı kadar EK-1'den verilir.
- ✓ 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.
- ✓ 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 kullanılabilir.

## EK-1



**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 sizlerle ‘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 söyler.
- Daha sonra grupların yerlerini değiştirerek, yerine geçtikleri grubun cümlesini söyler ve melodi eşliğinde cümlelerin tekrar edilmesini sağlar.

- Dört cümleyi her grup da söyledikten sonra, bu sefer bütün sınıfla birlikte:  
**“Eğer kötü bir dokunuşla karşılaşsam,  
‘HAYIR!’ derim,  
ORADAN hemen uzaklaşıyorum,  
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

- ✓ Bu etkinliğin, “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.
- ✓ Her bir ifade en az 4 kez tekrar edilir.
- ✓ Rehberlik öğretmeni, sınıf öğretmeninden yardım alarak sınıf seviyesine uygun bir melodi/müzik belirler.
- ✓ Rehberlik öğretmeni, gereksinim duyarsa 4 durakta söylenen ifadelerin açıklamasını yapar.
- ✓ 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 sizlerle 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 **“Hayıııııııııııı!”** diye bağırımlarını 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!” dersiniz 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

- ✓ Bu etkinlik, “özel bölgelerimiz” (“Bu Benim Bedenim, Bedenimi Bilirim”, “Sınıfın Yeni Arkadaşı” etkinlinlikleri) ve “iyi-kötü dokunuş” kavramları öğretildikten sonra uygulanmalıdır.
- ✓ Eklerde “sır tutma” konusunun geçtiği maddelerle ilgili olarak “iyi sır-kötü sır” kavramından söz edilebilir.
- ✓ 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.
- ✓ Etkinlik, okul öncesi gruplarla uygulanırken, öğrencilerin sandalyelere oturarak çember oluşturması sağlanabilir. “evet-hayır” yönergesi de ayağa kalkma-oturma biçiminde verilebilir.
- ✓ Eklerde yer alan soruların özelliklerine göre öğrencilere, konuyu rehberlik öğretmeni ya da güvendikleri başka bir yetişkinle mutlaka konuşmaları gerektiği söylenmelidir.
- ✓ Eğer tüm soruların sorulması ve değerlendirilmesi bir ders saatine yetmezse, sorular ikiye bölünüp iki ders saatinde uygulanabilir.
- ✓ Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapılacak uyarlamalar;
  - ❖ Bedensel yetersizliği olan öğrenciler etkinliğe oturarak katılabilir.

### 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 arkadaşlarıyla 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 oyuncakı 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 gelersen 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?
- 11) Arkadaşın özel bölgeni görmek istedi. Ona özel bölgeni açıp gösterir misin?
- 12) Annen, baban ya da başka biri seni dudağından öpmek istedi. Öpmesine izin verir misin?
- 13) 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?
- 14) 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 oyuncuğu alırım.”* dedi. Onunla birlikte gider misin?
- 15) Birisi sana, kendi özel bölgelerini işaret ederek *“Bana dokunur musun, biri bana dokununca çok mutlu oluyorum.”* dedi. Onun özel bölgelerine dokunur musun?
- 16) 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, ailine zarar veririm.”* dedi. Bunu bir sır olarak saklar mısın?

**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 arkadaşayım. Annen/baban bugün seni okuldan benim almamı istedi. Haydi, benimle gel.”* dedi. Onunla gider misin?
- 8) Tanımadığın bir yetişkin sana *“Ben, annenin/babanın arkadaşayım, 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.)?
- 11)** Dolmuşta ya da otobüste ayakta duruyorsun. Bir yetişkin sana *“Benim kucağıma oturabilirsin.”* dedi. Onun kucağına oturur musun?
- 12)** Arkadaşın özel bölgeni görmek istedi. Ona izin verir misin?
- 13)** Annen, baban ya da başka bir akraban seni dudağından öpmek istedi. İzin verir misin?
- 14)** Sana yeni bir pantolon alacaksınız. Bütün deneme kabinleri dolu olduğu için annen herkesin içinde senin pantolonunu çıkarmak istedi. Annene izin verir misin?
- 15)** 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 oyuncuğu alırım. Oyunumuzun en önemli kuralı benim vücudumda gösterdiğim yerlere dokunmak.”* dedi. Onunla gidip dediklerini yapar mısın?
- 16)** 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?
- 17)** 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?
- 18)** Birisi senin hoşlanmayacağı bir şekilde vücuduna dokundu ya da vücudunla ilgili bir oyun oynamak istedi. *“Bu, aramızda sır olarak kalsın, eğer birine söylersen, ailine 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 sizlerle ‘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 düzeline 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 koşuldaki koşula değişebilir. Önemli olan, yıkanma işinin yalnız yapılmasının vurgulanmasıdır.). **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) **Giyisilerimizi 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.”**

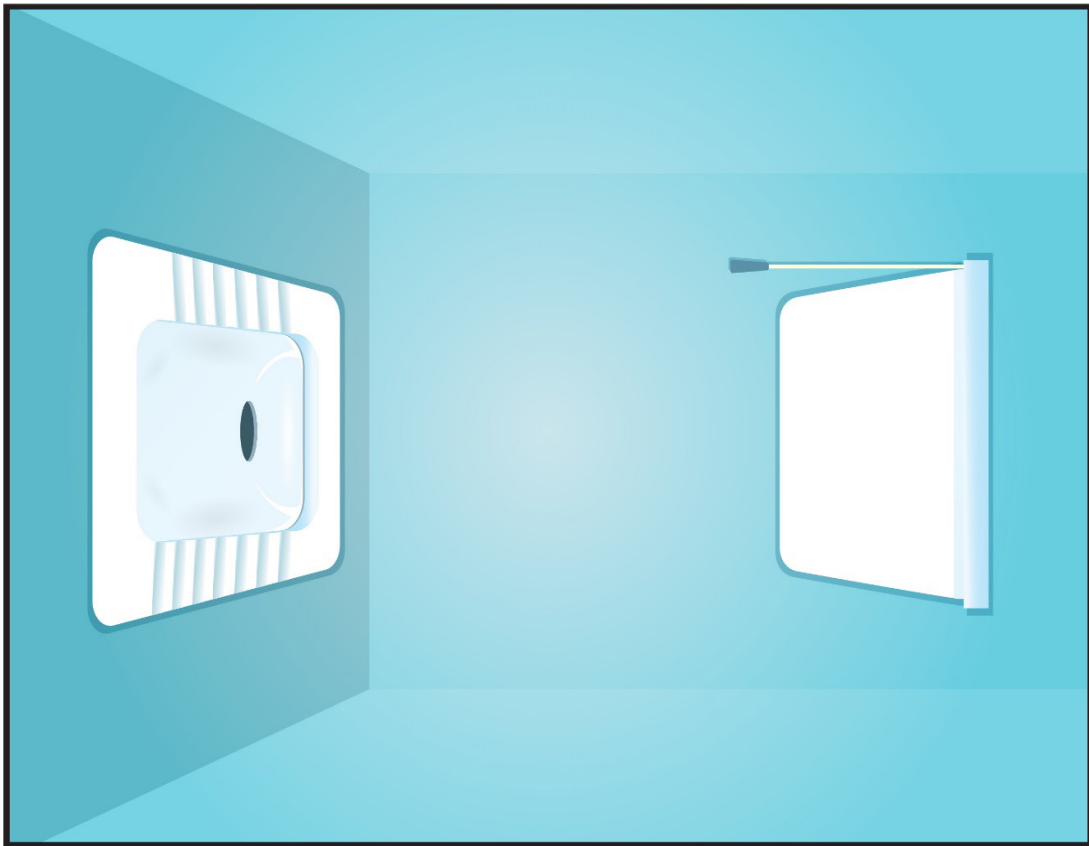
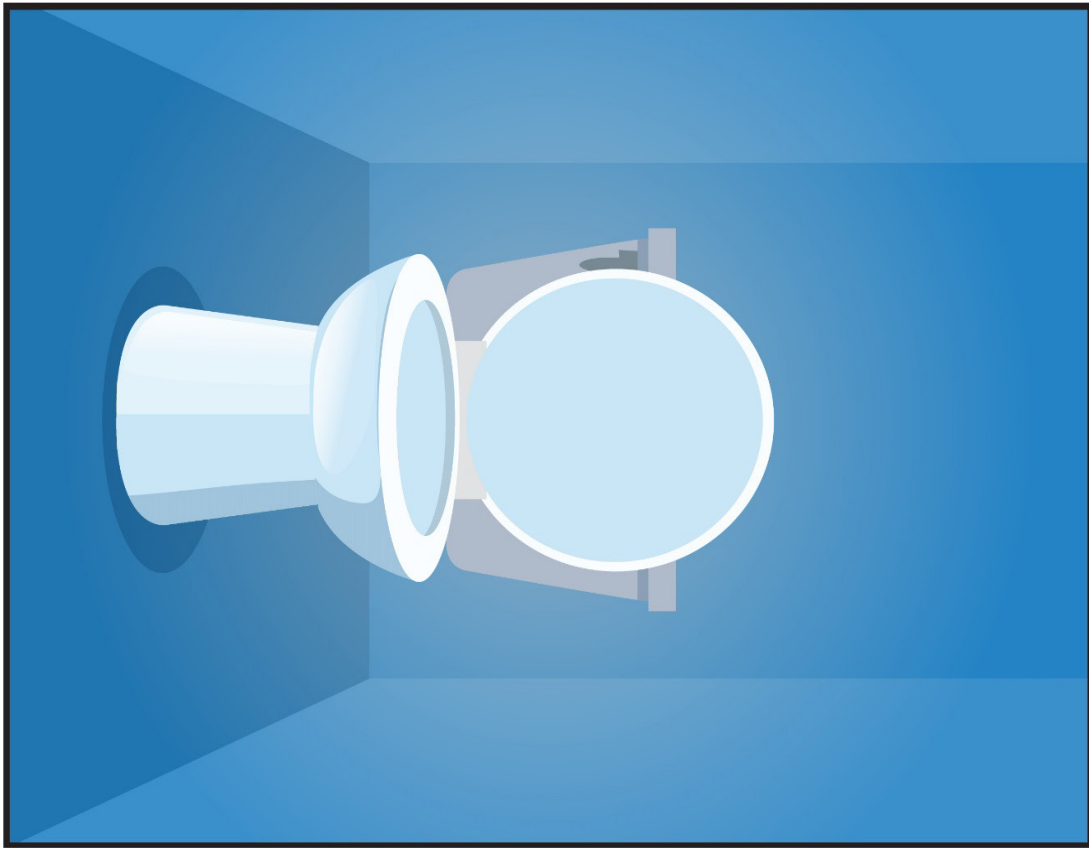
#### İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

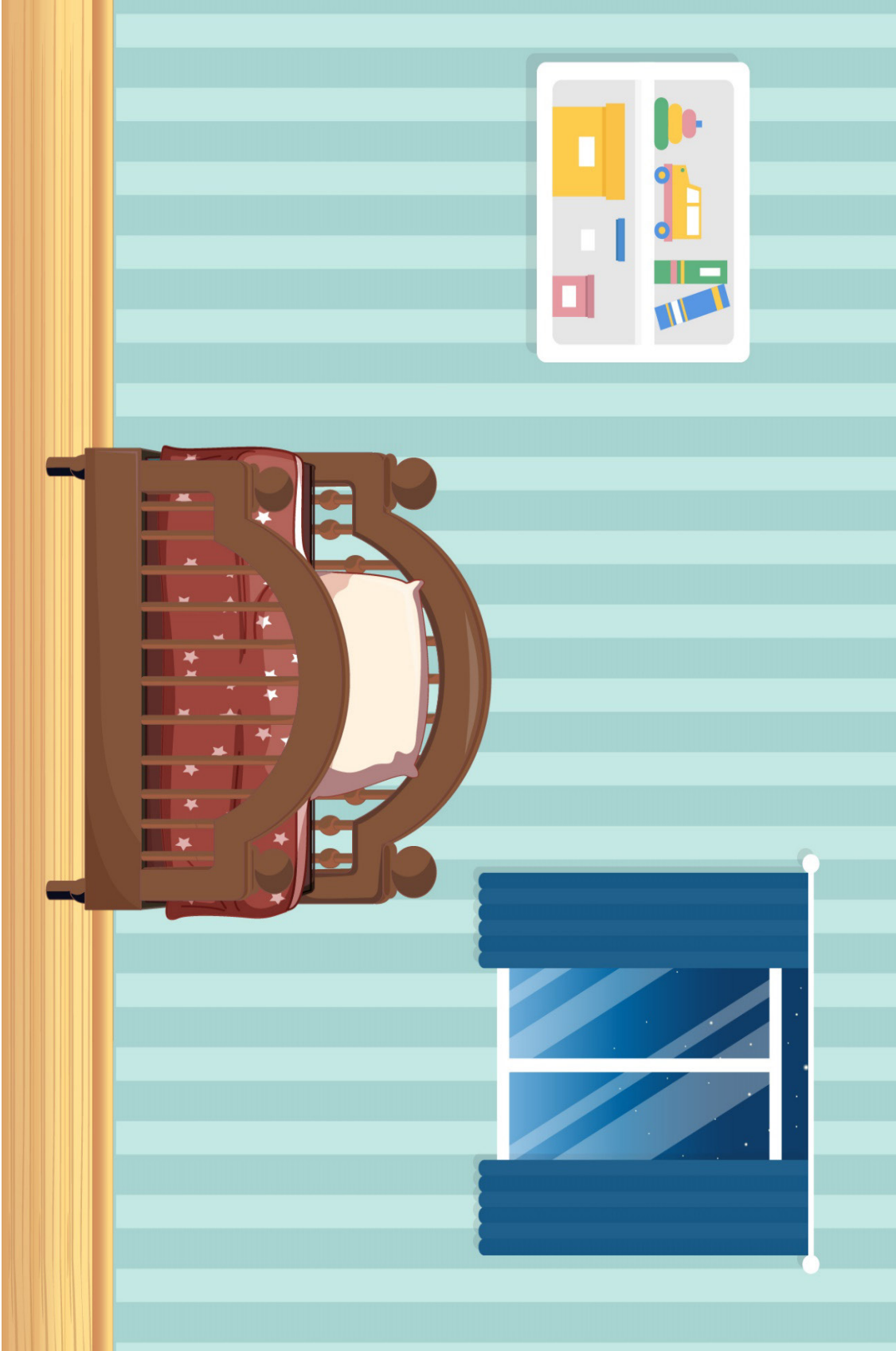
- ✓ Bu etkinlik uygulanırken hedef kitlenin gelişim özelliklerine, okulun bulunduğu sosyo kültürel, eğitim ve ekonomik düzeye, çocuklardan gelen paylaşımlara ve sorulara göre açıklamalara eklemeler yapılabilir. Örneğin okul öncesi kademedeki üst değiştirme ve tuvalet temizliği işlerine öğretmenin ya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



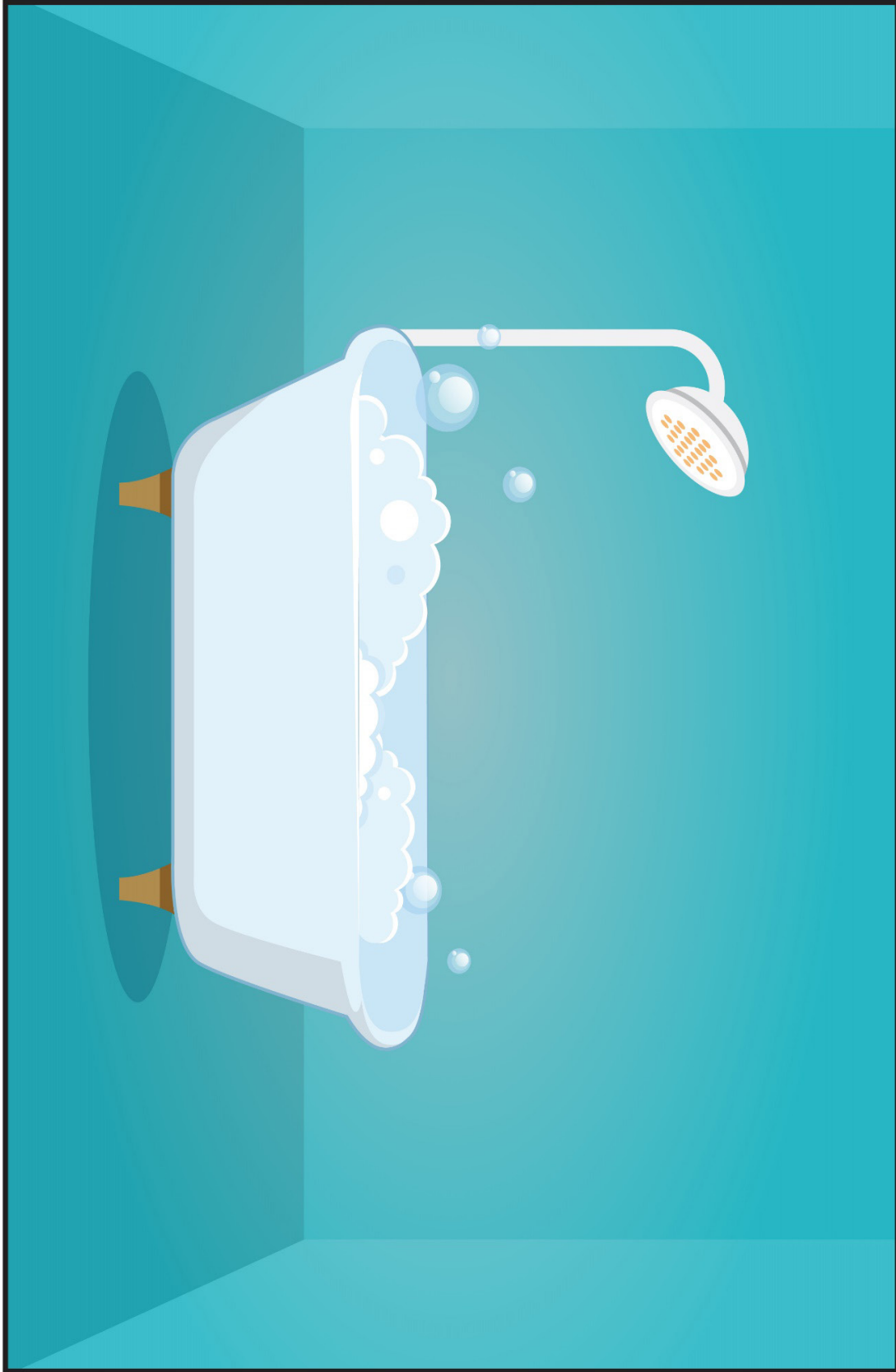
- ✓ Eğer etkinlik sırasında çocuklardan *“Annem ve babam birlikte yatıyor ama.”* ya da *“İki kişi yatıyorlar.”* gibi bir geri bildirim gelirse *“Sadece anne babalar birlikte yatabilirler, onların yatakları zaten iki kişiliktir.”* vb. bir cevap verilebilir.
- ✓ Küçük yaş gruplarında bu bilgilerin 6 ayda bir tekrar edilmesi bilgilerin kalıcılığını sağlamak açısından önemlidir.
- ✓ 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.

EK-1



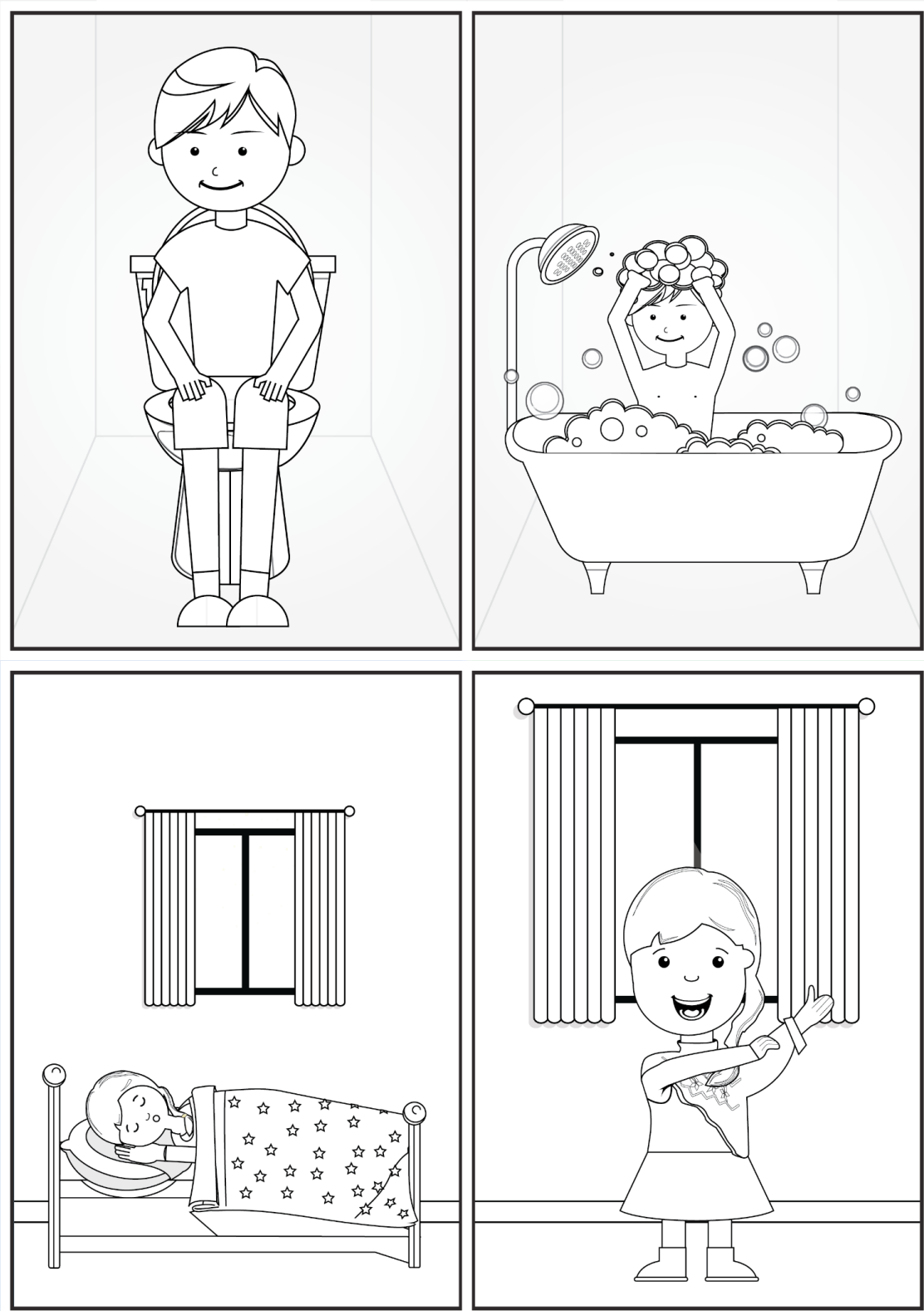


EK-3





EK-5



## B. ORTAOKUL - LİSE ÖĞRENCİ ETKİNLİKLERİ\*

Etkinlik Adı:	Kazanımlar:
Bundan Sonra	<ul style="list-style-type: none"><li>• Güvenli yaşamı riske sokabilecek durumları tahmin eder.</li><li>• Güvenli yaşamı riske sokabilecek durumlar için çözüm önerileri getirir.</li><li>• Güven içinde yaşayabileceği çevreyi ayırt eder.</li><li>• Sosyal medyanın yanlış kullanımının sonuçlarını fark eder.</li></ul>
İstasyonlarım	<ul style="list-style-type: none"><li>• Güvenilir olan ve tehlikeli olan kişileri ayırt etme ile ilgili farkındalık kazanır.</li><li>• Yardım alabileceği kişileri ve kurumları bilir.</li></ul>
Ne Zararı Var	<ul style="list-style-type: none"><li>• Özel hayatın gizliliğinin önemini kavrar.</li><li>• Kişisel sınırlarını belirler.</li><li>• Yardım alacağı yerleri bilir.</li><li>• Güvenli internet kullanımını öğrenir.</li></ul>
Duygu Durağı	<ul style="list-style-type: none"><li>• İstismara uğramış birinin neler hissedebileceğine ilişkin duyguları anlar.</li><li>• İstismar durumlarında alınabilecek destek kaynaklarını bilir.</li></ul>
Benim Başıma Gelirmi?	<ul style="list-style-type: none"><li>• İstismarın tanımı ve türlerini bilir.</li><li>• İstismar durumlarında nereden ve kimlerden yardım alabileceğini bilir.</li></ul>
Hedef Tahtası	<ul style="list-style-type: none"><li>• İhmali tanımlar.</li><li>• İstismarı tanımlar.</li><li>• İstismar türlerini bilir.</li><li>• İstismar türlerini ayırt eder.</li></ul>
Farkındayım, Yanımdayım	<ul style="list-style-type: none"><li>• Duyguları anlama ve sorun çözme becerilerini geliştirir.</li></ul>

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

## ETKİNLİK ADI

### BUNDAN SONRA

### TRAVMA TÜRÜ

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 sizlerle ‘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

- ✓ Cinsel istismar farklı yerlerden gelebilir, farklı biçimlerde gerçekleşebilir. Bu etkinlikte cinsel istismarın sosyal medya boyutu ele alınmıştır.
- ✓ Rehberlik öğretmeni, çocukların paylaşımları sırasında “cinsel istismar” riskinin yeteri kadar dile getirilmediğini fark ederse, gerekli açıklamaları yaparak konuya dikkat çeker.
- ✓ Sınıf mevcudunun fazla olması durumunda grup sayısı altıya çıkarılarak aynı “örnek olay ve ve soru listesi” iki gruba verilebilir.
- ✓ Rehberlik öğretmeni, bilişim suçlarının hukuki yaptırımını hakkında kısa bilgi verebilir.
- ✓ 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.

**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?

**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?

**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 önemseydiği için Selim'le paylaşır. İkili arasında bir konuda anlaşmazlık çıkar, tartışmalar ve araları bozulur. Bunun üzerine Selim, Mine'nin gönderdiği fotoğrafları Mine'den 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 yaptığına 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 sizlerle ‘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, bazılarında 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, paylaşımında 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 yanlış 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 büyüğümüz*

*olabileceği 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 İzlem 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

- ✓ Etkinliği uygulamadan önce EK-1'den, etkinliğin uygulanacağı öğrenci sayısı kadar çoğaltılır.
- ✓ Bu etkinlik lisede uygulanırken ipi kullanarak duraklarda gezmek yerine, çocuklardan gözleri kapalı olarak düşünmeleri ve sonra doğrudan EK-1'i doldurmaları istenebilir.
- ✓ Rehberlik öğretmeni, etkinlik sonrasında kâğıtları değerlendirirken riskli gördüğü ya da şüphelendiği durumlar olursa gerekli işlemleri ve bildirimleri yapar.
- ✓ 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.

## 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 sizlerle ‘Ne Zararı Var’ adında bir etkinlik yapacağız. Bu etkinlikte, özel hayatın gizliliği, sosyal medya paylaşımları ve güvenli internet kullanımı konularında paylaşımda bulunacağız. Duvarında iki farklı renkte fon kartonu görüyorsunuz. Bunların birisinde ‘Ne kazanınız?’, diğerinde ‘Ne kaybederiz?’ başlıkları var. Sizlere konumuzla ilgili bazı cümleler okuyacağım. Size dağıtacağım post-İtlere 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 cevaplarırken 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 sizlerle 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

- ✓ Rehberlik Öğretmeni, etkinliğe başlamadan önce birinin üzerinde “Ne kazanınız?”, diğersinin üzerinde “Ne Kaybederiz?” başlıkları yazılı fon kartonlarını duvara asar.
- ✓ EK-1'de yer alan cümleler okul çevresinin özelliklerine göre arttırılabilir.
- ✓ Rehberlik Öğretmeni, EK-1'deki soruları keserek bir kutuya/torbaya atar.
- ✓ 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.

## 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 sizlerle ‘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, buldukları 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 bulunduğu noktalarla ilgili gerekli gördüğü düzeltme, ekleme, vurgulama ve açıklamaları yapar.
- Yasal haklardan ve destek kaynaklarından söz ederek etkinliği sonlandırır.

#### İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

- ✓ Rehberlik öğretmeni, senaryolarda öğrencilerin anlamakta zorlandığı kavramları açıklar.
- ✓ Duraklar arası geçişte grupların eş zamanlı hareket etmesini sağlamak amacıyla sürenin etkin kullanımına dikkat edilmelidir.
- ✓ 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.
- ✓ 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.

**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 dövmetedir. 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?

<b>ETKİNLİK ADI</b> BENİM BAŞIMA GELİR Mİ?
<b>TRAVMA TÜRÜ</b> Cinsel İstismar
<b>AMACI</b> Önleyici
<b>HEDEF KİTLE VE KADEME</b> ÖĞRENCİ - Ortaokul, Lise
<b>UYGULAYACAK KİŞİ</b> Rehberlik Öğretmeni
<b>KAZANIMLAR</b> <ul style="list-style-type: none"><li>İstismarın tanımı ve türlerini bilir.</li><li>İstismar durumlarında nereden ve kimlerden yardım alabileceğini bilir.</li></ul>
<b>ÖNERİLEN MATERYALLER</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Kutu/torba/zarf</li><li>EK-1 (İstismar Türlerine Giren Örnek Davranışlar)</li></ul>
<b>SÜRE</b> 1 ders saati
<b>AKIŞ SÜRECİ</b> <p>Rehberlik Öğretmeni;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>“Sevgili öğrenciler, bugün sizlerle istismar konusunda bir etkinlik yapacağız.”</b> der.</li><li>➤ Daha sonra, istismarı tanımlar. İstismar türlerinin (fiziksel, duygusal, cinsel, ekonomik) neler olduğunu açıklar.</li><li>➤ Etkinlikte ele alacağı dört istismar türünü (fiziksel, duygusal, cinsel, ekonomik) tah-taya yazar.</li><li>➤ 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. Öğren-cilerden gelen cevap doğru ise ilgili istismar türünün altına yazar, yanlış ise sınıfla tartışarak doğrusunu buldurur ve doğru başlığın altına yazar.</li></ul>



- 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:**

- ✓ Rehberlik Öğretmeni, etkinlik içerisinde kullanması gereken teorik açıklamaları (istismarın tanımı, türleri vb.) “Psikososyal Güçlendirici Destek Programı”nın “Cinsel İstismar” kitabının ilgili bölümlerinden yararlanarak yapar.
- ✓ Kalabalık sınıflarda gruplar oluşturularak etkinliğin gerçekleştirilmesi önerilir.
- ✓ 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	Yıldırımak		
	Korkutmak		
	Kıyaslamak		

<b>ETKİNLİK ADI</b> HEDEF TAHTASI
<b>TRAVMA TÜRÜ</b> Cinsel İstismar
<b>AMACI</b> Önleyici
<b>HEDEF KİTLE VE KADEME</b> ÖĞRENCİ - Ortaokul, Lise
<b>UYGULAYACAK KİŞİ</b> Rehberlik Öğretmeni
<b>KAZANIMLAR</b> <ul style="list-style-type: none"><li>İhmali tanımlar.</li><li>İstismarı tanımlar.</li><li>İstismar türlerini bilir.</li><li>İstismar türlerini ayırt eder.</li></ul>
<b>ÖNERİLEN MATERYALLER</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Tahta</li><li>Tebeşir/tahta kalemi</li><li>Yumuşak ve küçük bir top</li><li>EK-1 (Hedef Tahtası)</li><li>EK-2 (Hedef Tahtasındaki Sembollerin Temsil Ettiği Kavramlar)</li><li>EK-3 (Tanımlar ve İstismar Örnekleri)</li></ul>
<b>SÜRE</b> 1 ders saati
<b>AKIŞ SÜRECİ</b> <p>Rehberlik Öğretmeni;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Afiş boyutunda renkli çıktı aldığı EK-1'i, etkinliğe başlamadan önce tahtaya yapıştırır ya da çıktı alınamadığı durumlarda tahtaya çizer/yansıtır.</li><li>➤ <b>"Sevgili öğrenciler, bugün yapacağımız etkinlikte ihmal ve istismarın ne olduğunu, istismar türlerini ve hangi davranışların hangi istismar türlerine girdiğini öğreneceğiz</b> (önceden tahtaya yapıştırdığı/çizdiği/yansıttığı EK-1'i göstererek), <b>bu- nun için bir oyunumuz var."</b> der.</li></ul>

- 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

- ✓ Tanımlarla ilgili açıklamalar ve eklemeler öğrencilere etkinlik sırasında değil, sonrasında verilmelidir. Öğrencilerin konu ile ilgili farkındalık ve yeterlilik düzeylerine göre, onları cesaretlendirmek ve düşüncelerini sağlayıp cevap vermeye motive etmek için yer yer ufak ipuçları verilebilir.
- ✓ EK-3'teki tanımlar rehberlik öğretmeni için hazırlanmıştır. Tanımlar çocuklara açıklanırken mümkün olduğunca basit, sade, anlaşılır ve yaşa uygun bir dil kullanmaya özen gösterilmelidir.
- ✓ Kalabalık gruplarda etkinlik top atışları yerine "kazı kazan" mantığı ile yani bir mukavaya 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.
- ✓ Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapılacak uyarlamalar;
  - ❖ Rehberlik öğretmeni öğrencinin ihtiyaç duyması hâlinde fiziksel, sözel yardımda bulunabilir.

## Hedef Tahtası

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1			!		♥		*		%	
2	*					▶▶				😊
3			⊖					✘		
4	😊				!					⊖
5		▶▶					▶▶			
6					♥			😊		♥
7	⊖		%							
8					*		✘		▶▶	
9	♥									
10		▶▶	✘			!		%		😊

### Hedef Tahtasındaki Sembollerin Temsil Ettiği Kavramlar



İhmal nedir?



Duygusal istismar nedir?



İstismar nedir?



Ekonomik istismar nedir?



Fiziksel istismar nedir?



Cinsel istismar nedir?



**ÖDÜL**

*Arka arkaya 2 atış hakkı*



**PAS**

*Cevap hakkı yok ve sıra o gruba yeniden geldiğinde bir önceki cevabı tekrar eder.*

## 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. Bağırarak, lakap takmak, alay etmek, aşağılamak, küçük düşürmek, kıyaslamak, dışlamak, görmezden gelmek, küçümsemek, suçlamak, tehdit etmek, şantaj yapmak, yıldırım, 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 engellemek 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 öğrencilere 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 verdiğiniz 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

- ✓ Paylaşımlar yapılırken öğrencilerin tepkilerini eleştirmeden ve yargılamadan, yalnızca yardım yolları hakkında bilgi vermeye özen gösterilir.
- ✓ 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.).
- ✓ EK-1 de bulunan senaryolar birbirini tamamlayıcı nitelikte hazırlanmıştır.
- ✓ 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.

## Örnek Olay Formu

**Örnek Olay:** Arkadaşının birkaç gündür içine kapandığını, üzgün görüldüğünü, 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?**

---

---

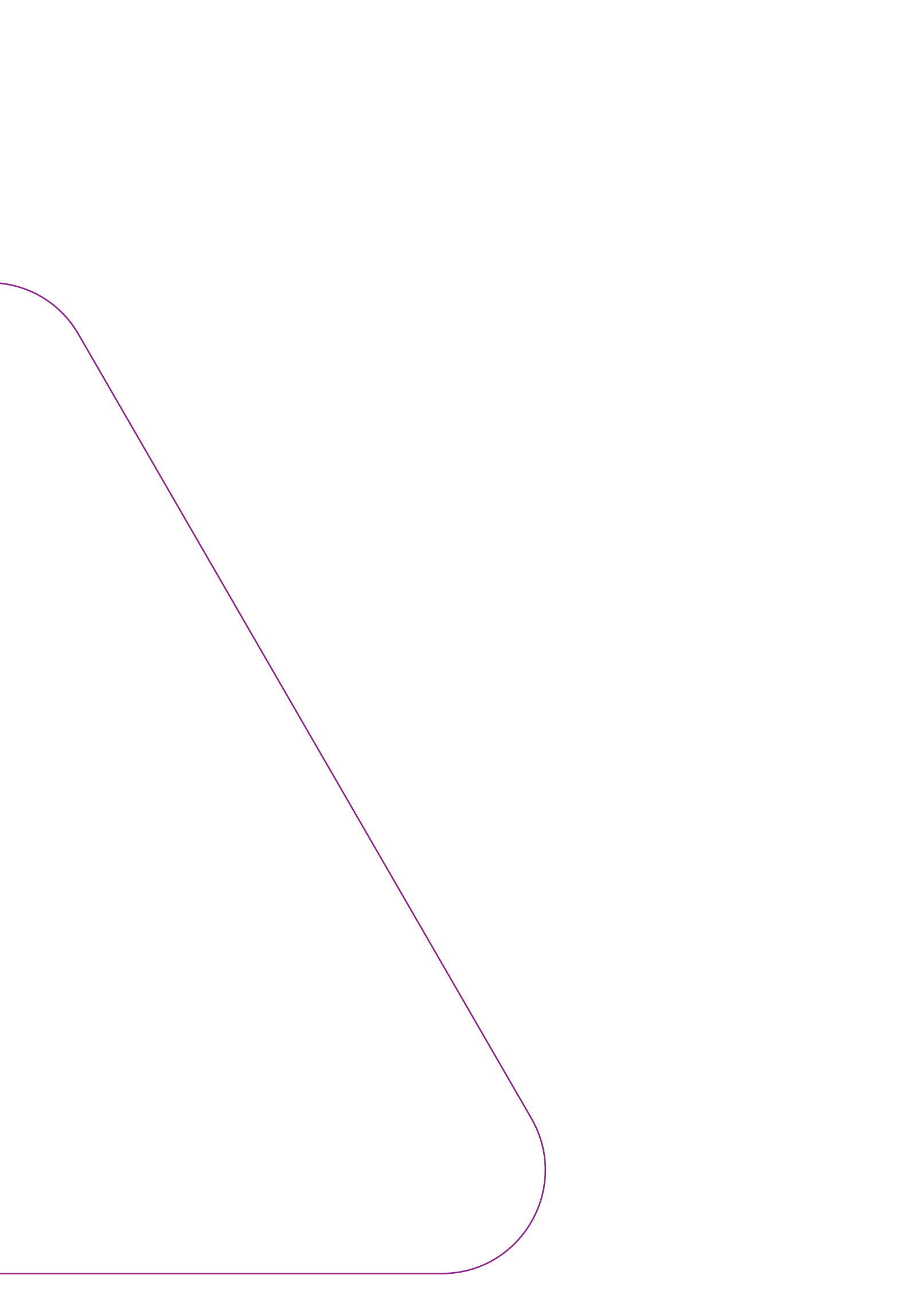
---

**• Yetkili birini haberdar etmen gerekir mi? Gerekirse, kimi/kimleri haberdar edersin?**

---

---

---





### C. ÖĞRETMEN ETKİNLİKLERİ\*

Etkinlik Adı:	Kazanımlar:
Öğrencimi Tanıyorum, Yanında Duruyorum	<ul style="list-style-type: none"><li>Okul öncesi ve ilkokul dönemi çocuğunun cinsel gelişim özelliklerini bilir.</li><li>Öğrenciyi cinsel gelişimi ile ilgili doğru bilgilendirmenin önemini kavrar.</li><li>Cinsel istismarın tanımını bilir.</li><li>Cinsel istismardan öğrenciyi nasıl koruyacağını bilir.</li><li>Cinsel istismar durumunda nereden yardım alacağını bilir.</li><li>Öğrencilere verilecek cinsel eğitimin içeriği hakkında bilgi sahibi olur.</li></ul>
Benim Başıma Gelir mi?	<ul style="list-style-type: none"><li>Cinsel istismarın belirtilerini fark eder.</li><li>Cinsel istismarın belirtilerini fark ettiğinde neler yapabileceğini bilir.</li></ul>
Öğrenciden Mektup	<ul style="list-style-type: none"><li>Çocukların fiziksel ve cinsel gelişim özelliklerini bilir.</li><li>İstismarın tanımını ve türlerini bilir.</li><li>Cinsel istismara maruz kalan öğrencileri anlamaya yönelik farklı bakış açısını ve çözüm yollarını bilir.</li><li>İstismar durumlarında nereden ve kimlerden yardım alabileceğini bilir.</li></ul>

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

**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 sizlerle ‘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 ilkökul 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

- ✓ Öğretmenlerden, eklerin doldurulmasında isim yazmaları istenmemeli ve yazdıklarını sözel olarak paylaşmaları için öğretmenler zorlanmamalıdır.
- ✓ Rehberlik öğretmeni, açıklamalarında yaş grubuna uygun olarak bilgi notlarını detaylandırabilir.
- ✓ Rehberlik öğretmeni etkinliğin sonunda ekleri toplar.
- ✓ 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 sizlerle ‘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

- ✓ Öğretmenlerden, EK-1'in doldurulmasında isim yazmaları istenmemeli ve yazdıklarını sözel olarak paylaşmaları için öğretmenler zorlanmamalıdır.
- ✓ Rehberlik öğretmeni, etkinliğin sonunda ekleri toplar.

## 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/anlatabilir?

.....

.....

.....

### SENARYO-3:

Öğrencinizin kolunda ya da bacağına morluklar gördünüz. Onunla özel olarak ilgilenerek gözlemlerde 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?

.....

.....

.....

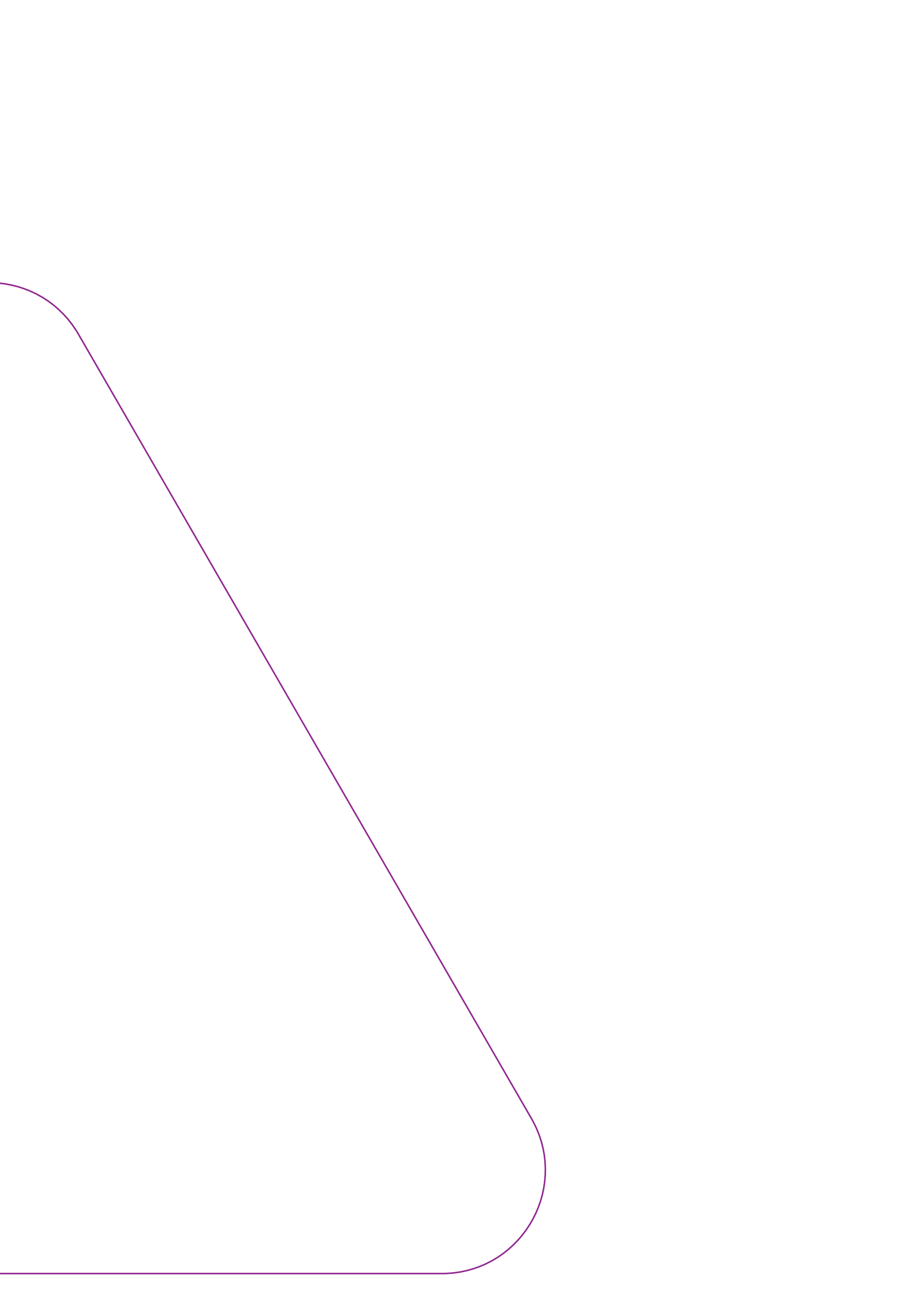
<b>ETKİNLİK ADI</b> ÖĞRENCİDEN MEKTUP
<b>TRAVMA TÜRÜ</b> Cinsel İstismar
<b>AMACI</b> Önleyici
<b>HEDEF KİTLE VE KADEME</b> ÖĞRETMEN
<b>UYGULAYACAK KİŞİ</b> Rehberlik Öğretmeni
<b>KAZANIMLAR</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Çocukların fiziksel ve cinsel gelişim özelliklerini bilir.</li><li>• İstismarın tanımını ve türlerini bilir.</li><li>• Cinsel istismara maruz kalan öğrencileri anlamaya yönelik farklı bakış açısını ve çözüm yollarını bilir.</li><li>• İstismar durumlarında nereden ve kimlerden yardım alabileceğini bilir.</li></ul>
<b>ÖNERİLEN MATERYALLER</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kalem (etkinliğe katılan kişi sayısı kadar)</li><li>• A4 Kâğıt</li><li>• Sunu (Çocukların fiziksel ve cinsel gelişim özelliklerinin [0-18 Yaş] yer aldığı sunu)</li><li>• Sunu (İstismarın tanımının ve türlerinin [fiziksel, duygusal, ekonomik ve cinsel] yer aldığı sunu)</li><li>• Sunu (İstismar durumunda, yaş dönemini de dikkate alarak çocuğa nasıl davranılacağı, cinsel istismardan çocukların nasıl korunacağı ve nereden yardım alınacağı ile ilgili bilgilerin yer aldığı sunu)</li></ul>
<b>SÜRE</b> 60-90 dakika
<b>AKIŞ SÜRECİ</b> <p>Rehberlik Öğretmeni;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>“Değerli öğretmenler, bugün sizlerle ‘Öğrenciden Mektup’ adında bir etkinlik yapacağız.”</b> der.</li><li>➤ Öğretmenlere, çocukların fiziksel ve cinsel gelişim özelliklerini (0-18 yaş) sunu ile kısaca anlatır.</li></ul>



- 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 grupta paylaşılacak. Bu nedenle mektubunuzda kendi isminize ve senaryo kahramanı ile 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 grupta paylaşabileceğini söyler.
- Öğretmenlerin paylaşımlarını grupta 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

- ✓ Öğretmenler, yazdıklarını sözel olarak paylaşımları için zorlanmamalıdır.
- ✓ Rehberlik öğretmeni etkinliğin sonunda mektupları toplar.





## D. VELİ ETKİNLİKLERİ\*

Etkinlik Adı:	Kazanımlar:
Çocuğumu Tanıyorum, Yanında Duruyorum	<ul style="list-style-type: none"><li>Okul öncesi ve ilkokul dönemi çocuğunun cinsel gelişim özelliklerini bilir.</li><li>Çocuğunu cinsel gelişimi ile ilgili doğru bilgilendirmenin önemini kavrar.</li><li>Cinsel istismarın tanımını bilir.</li><li>Cinsel istismardan çocuğunu nasıl koruyacağını bilir.</li><li>Cinsel istismar durumunda nereden yardım alacağını bilir.</li><li>Çocuklara verilecek cinsel eğitimin içeriği hakkında bilgi sahibi olur.</li></ul>
Benim Başıma Gelir mi?	<ul style="list-style-type: none"><li>Cinsel istismarın belirtilerini fark eder.</li><li>Cinsel istismarın belirtilerini fark ettiğinde neler yapabileceğini bilir.</li></ul>

\* 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 sizlerle ‘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 ilkökul 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**

- ✓ Velilerden eklerin doldurulmasında isim yazmaları istenmemeli ve yazdıklarını sözel olarak paylaşmaları için veliler zorlanmamalıdır.
- ✓ Rehberlik öğretmeni açıklamalarında yaş grubuna uygun olarak bilgi notlarını detaylandırabilir.
- ✓ Rehberlik öğretmeni etkinliğin sonunda ekleri toplar.
- ✓ 20 kişilik veli gruplarında uygulanması önerilir.

## 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?

---

---

---

---

---

---

---

---

### 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 sizlerle ‘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 dönütlerde yer vererek sunu ile açıklar.
- Velilerden gelen sorular varsa yanıtlayarak etkinliği sonlandırır.

#### İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

- ✓ Velilerden, EK-1'in doldurulmasında isim yazmaları istenmemeli ve yazdıklarını sözel olarak paylaşmaları için veliler zorlanmamalıdır.
- ✓ Rehberlik öğretmeni etkinliğin sonunda ekleri toplar.

## 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 gözlemi-  
nizi 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:** Çocuğunuzunuzu, 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?

.....

.....

.....

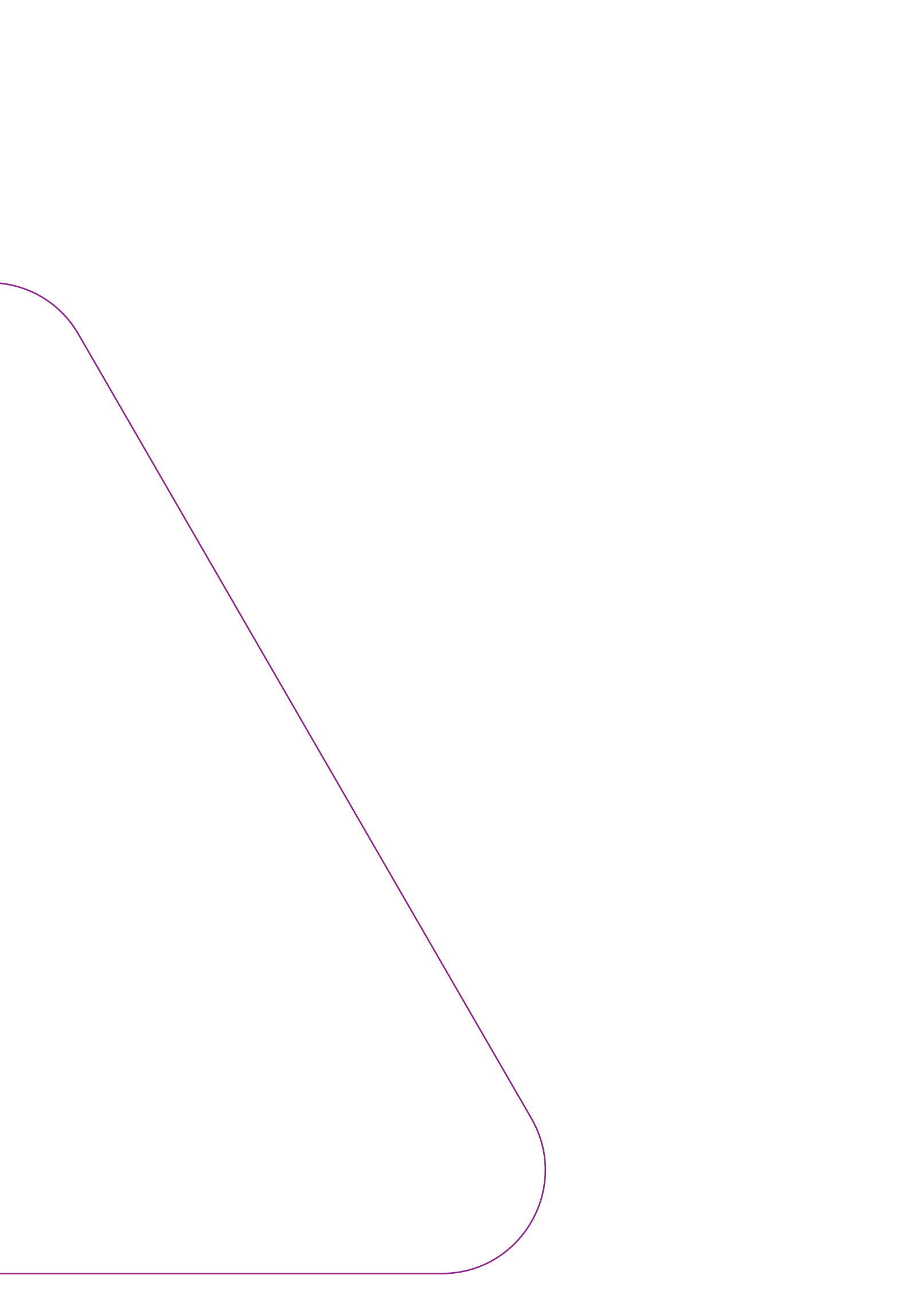




# CİNSEL İSTİSMAR TRAVMASI GÜÇLENDİRİCİ ETKİNLİKLERİ\*

(Bireysel uygulanacaktır.)

\* Bu bölümde yer alan etkinlikler Millî Eğitim Bakanlığı uzmanları ve öğretmenleri tarafından geliştirilmiştir/uyarlanmıştır.





## A. OKUL ÖNCESİ - İLKOKUL ÖĞRENCİ ETKİNLİKLERİ

Etkinlik Adı:	Kazanımlar:
İki Bahçe (Bireysel Etkinlik)	<ul style="list-style-type: none"><li>Kendisine yönelik olumlu/olumsuz davranışları ve çevresindeki güvenli/güvensiz kişileri fark eder.</li></ul>
Sihirli Halı (Bireysel Etkinlik)	<ul style="list-style-type: none"><li>Zorlayıcı olayların ardından bilişsel ve duygusal rahatlama yollarını bilir.</li></ul>

**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 aldığı anda, 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. İstediyin 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 aldığı anda, **“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 yaklaşıp yumuşak ve anlaşılır bir ses tonuyla (fısıltı tekniği ile) çocuğa teşekkür eder .

#### İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

- ✓ Kırmızı ve siyah renkler, kolay bulunan renkler olduğundan seçilmiştir. Çocuğa uygun farklı renkler tercih edilebilir.
- ✓ İki bahçe etkinliği çocuğun ailesi ve çevresindeki bireylerle ilişkisini anlayabilmek ve değerlendirmek için oluşturulmuştur.
- ✓ 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.

- ✓ Çocuğun kendisini hangi bahçeye yerleştirdiği önemlidir. Siyah bahçeyi tercih etmesinin çocuğun suçluluk ve öz değer duygusu ile ilgili olabileceği unutulmamalıdır.
- ✓ Bahçelere yerleştirdiği kişilerin öncelik sırasına dikkat edilerek neden orada olduklarına yönelik uygun sorular sorulabilir.
- ✓ 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.
- ✓ Resim, çocuktan izin alınarak saklanır, çocuğa verilmez. Çocuk ısrarla resmini götürmek isterse resmin fotoğrafı çekilebilir.
- ✓ Bu etkinlik özel eğitime ihtiyacı olan bir öğrenciye uygulanacaksa aşağıdaki uyarlamalar yapılabilir:
  - ❖ Görme yetersizliği olan öğrenci ile çalışılıyorsa resim çizmek yerine etkinlik soru-cevap biçiminde uygulanabilir.

<b>ETKİNLİK ADI</b> SİHİRLİ HALI (Bireysel uygulanacaktır.)
<b>TRAVMA TÜRÜ</b> Cinsel İstismar
<b>AMACI</b> Güçlendirici
<b>HEDEF KİTLE VE KADEME</b> ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul (Bireysel Etkinlik )
<b>UYGULAYACAK KİŞİ</b> Rehberlik Öğretmeni
<b>KAZANIMLAR</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Zorlayıcı olayların ardından bilişsel ve duyuşsal rahatlama yollarını bilir.</li></ul>
<b>ÖNERİLEN MATERYALLER</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Resim Kâğıdı</li><li>• Farklı tür ve renkte boyalar</li></ul>
<b>SÜRE</b> 1 ders saati
<b>AKIŞ SÜRECİ</b> <p>Rehberlik Öğretmeni;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Çocuk ile bireysel etkinlik yürütmek için gerekli olan iletişimi/samimiyeti önceden sağlar. Çocuğu, uygun görüşme ortamına alır.</li><li>➤ <b>“Bugün seninle ‘Sihirli Halı’ adında bir etkinlik yapacağız. Bu etkinlik için gözlerini kapatmanı istiyorum</b> (Çocuk, gözlerini kapatmak istemezse zorlanmaz, bunun yerine masa üzerinde sabit bir noktaya bakarak odaklanması istenir.). <b>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.”</b> der ve daha sonra;</li></ul>

- **“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

- ✓ Çocuk gözlerini kapattıktan sonra yönerge onun hayal kurmasına imkân tanıyacak ses tonunda ve hızda okunmalıdır.
- ✓ Bu etkinlik özel eğitime ihtiyacı olan bir öğrenciye uygulanacaksa aşağıdaki uyarılar yapılabilir:
  - ❖ Hayal kurmakta güçlük yaşayan öğrenciden “Mutlu olduğun yer neresi?”, “En çok neler yapmak/oyynamaktan 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)	<ul style="list-style-type: none"><li>Travma sonrası stres ile baş etmeyi kolaylaştıran sosyal, sanatsal, kültürel, bilimsel ve sportif etkinlikleri bilir.</li><li>Travma sonrası stres ile baş etmede sosyal, sanatsal, kültürel, bilimsel ve sportif etkinliklere katılımın önemini fark eder.</li></ul>
Güvenli Yer (Bireysel Etkinlik)	<ul style="list-style-type: none"><li>Zorlayıcı olayların ardından bilişsel ve duyuşsal rahatlama sağlar.</li></ul>
Güvenli Limanlarım (Bireysel Etkinlik)	<ul style="list-style-type: none"><li>Koruyucu faktörlerin, travmatik yaşantılarla baş etme sürecindeki önemini fark eder.</li></ul>

**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 bizlere 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**

- ✓ Formun nasıl doldurulacağına ilişkin 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.
- ✓ 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.
- ✓ 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.
- ✓ EK-1’de belirtilen etkinliklere, okulun bulunduğu çevrenin koşullarına göre ekleme veya çıkarmalar yapılabilir.
- ✓ Sosyo-ekonomik açıdan kısıtlı ailelerin çoğunlukta olduğu bölgelerde EK-1’de belirtilen etkinliklerden koşullara göre mümkün olanlarını öğrencilerin deneyimleyebilmesi 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.
- ✓ Bu etkinlik özel eğitime ihtiyacı olan bir öğrenciye uygulanacaksa aşağıdaki uyarılar 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.



## İlgi Alanlarım

Sıra No:	İLGİ ALANI	EVET	HAYIR	BİLGİM-FİKRİM YOK
<b>A)</b>	<b>SPOR</b>			
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>B)</b>	<b>SANATSAL VE KÜLTÜREL ETKİNLİKLER</b>			
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.			
<b>C)</b>	<b>BİLİMSEL ETKİNLİKLER</b>			
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.			
<b>D)</b>	<b>DOĞA VE ÇEVRE İLE İLGİLİ ETKİNLİKLER</b>			
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.			
<b>E)</b>	<b>SOSYAL SORUMLULUK PROJELERİNE KATILIM</b>			
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 enerjisinin 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)	DIĞER 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 oturabileceğin 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 ısını hisset. Kuşların, suyun, doğanın sesini dinle. Daha da rahat olduğunu, daha da huzurlu olduğunu hisset. Burada 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 tamandıktan sonra öğrencinin resim üzerinde paylaşımlar yapmasına izin vererek etkinliği sonlandırır.

#### İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

- ✓ Rehberlik öğretmeni akış sürecinde çocuğun gözü kapalıyken fonda hafif bir meditasyon müziği vb. dinlendirici bir müzik kullanabilir.
- ✓ Öğrenci gözlerini kapattıktan sonra yönerge onun hayal kurmasına imkân tanıyacak ses tonunda ve hızda okunmalıdır.
- ✓ Bu etkinlik özel eğitime ihtiyacı olan bir öğrenciye uygulanacaksa aşağıdaki uyarılar 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.

<b>ETKİNLİK ADI</b> GÜVENLİ LİMANLARIM (Bireysel uygulanacaktır.)
<b>TRAVMA TÜRÜ</b> Cinsel İstismar
<b>AMACI</b> Güçlendirici
<b>HEDEF KİTLE VE KADEME</b> ÖĞRENCİ - Ortaokul, Lise (Bireysel Etkinlik)
<b>UYGULAYACAK KİŞİ</b> Rehberlik Öğretmeni
<b>KAZANIMLAR</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Koruyucu faktörlerin, travmatik yaşantılarla baş etme sürecindeki önemini fark eder.</li></ul>
<b>ÖNERİLEN MATERYALLER</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Kâğıt</li><li>Kalem</li></ul>
<b>SÜRE</b> 1 ders saati
<b>AKIŞ SÜRECİ</b> <p>Rehberlik Öğretmeni;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Öğrenci ile bireysel etkinlik yürütmek için gerekli olan iletişimi/samimiyeti önceden sağlar. Öğrenciyi uygun görüşme ortamına alır.</li><li>➤ <i>“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</i></li></ul>



*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.*
- *“Neler hissettin?” 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 karşılaştığın zorlu durumlarda bu ve buna benzer faktörleri göz önünde bulundurman önemlidir.”** der ve etkinliği sonlandırır.

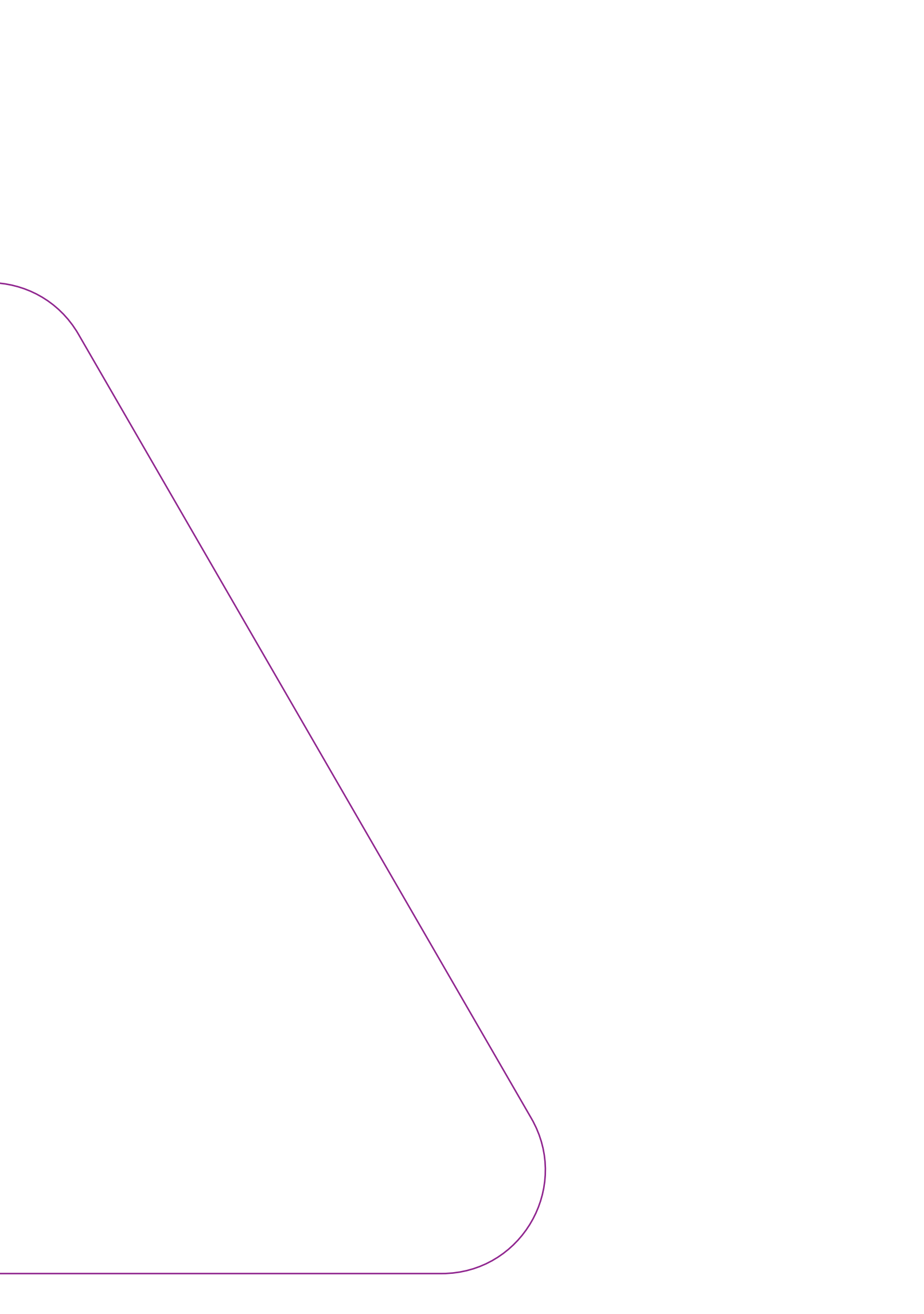
#### İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

- ✓ Öğrencinin hikâyeyi imgeleyebilmesi için denizde ve limanda geçen süre uzatılabilir.
- ✓ Öğrencinin deniz korkusu, boğulma vb. korkuları varsa etkinlik uygulanmamalıdır.
- ✓ Bu etkinlik özel eğitime ihtiyacı olan bir öğrenciye uygulanacaksa aşağıdaki uyarılar 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\*

\* Bu bölümde yer alan etkinlikler anonimdir ve Millî Eğitim Bakanlığı uzmanları ve öğretmenleri tarafından derlenmiştir.





## 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

- ✓ Isınma etkinlikleri anonimdir ve Millî Eğitim Bakanlığı uzmanları ve öğretmenleri tarafından derlenmiştir.
- ✓ Isınma etkinliklerinin kullanılması zorunlu değildir. Uygulayıcı bu yönde bir ihtiyaç hissettiğinde kullanabilir.
- ✓ Isınma etkinliklerinin amacı, grup üyeleri arasındaki iletişimin artırılması 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.
- ✓ Süre, uygulayıcı tarafından grubun dinamiğine ve uygulanacak diğer etkinliğin süresine göre belirlenmelidir.
- ✓ Isınma etkinlikleri bütün yaş gruplarında ve farklı hedef kitlelerde (öğretmen, veli vb.) uygulanabilir.
- ✓ 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.
- ✓ Fiziksel temas içeren etkinliklerde grup üyelerinin birbirlerine zarar vermelerini önlemek için gerekli hatırlatmalar yapılmalı ve önlem alınmalıdır.
- ✓ Grubun cinsiyet konusundaki hassasiyetleri dikkate alınarak eğer karşı cinsiyetle fiziksel temastan kaçınıldığı fark edilirse bu tür etkinlikler tercih edilmemelidir.
- ✓ Eğer grup üyelerinden biri ya da bir kaç etkinliğin tamamına ya da bir bölümüne katılmak konusunda isteksiz olursa teşvik edilmeli ama kesinlikle zorlanmamalıdır.
- ✓ 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**

- ✓ Hedeflenen sayıya ulaşılmasının uzun süreceği düşünülürse, hedef sayı küçültülebilir 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**

- ✓ Uzun süre bekleyen, çok düşünen, yanlış el hareketini yapan ya da yanlış ifade de bulunan oyuncular elenir.
- ✓ 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 kendininkini) söyleyince kadar devam eder.
- Oyun, yardım etmeden ve ipucu vermeden oynanır.

#### İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

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

- ✓ Ölçüt belirlenirken, gruptaki kişileri tanıma adına özelliklerin söylenmesi, grubun birbirini daha iyi tanımasını sağlayabilir.
- ✓ Herkesin mümkün olduğunca uzak yerlerdeki sandalyeleri tercih etmesi konusunda uyarıda bulunulması oyunu daha eğlenceli hâle getirmektedir.
- ✓ Ölçüt, grubun çoğunluğunu kapsayacak biçimde belirlenirse, grubun çoğunluğunun yer değiştirmesi ve hareket etmesi sağlanır.

**ETKİNLİK ADI**  
SES Lİ 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 tazi köşesi olarak belirlenir.
- Uygulayıcı tarafından bir çift bozularak biri tavşan biri tazi olur ve köşelerine gönderilerek oyun başlar.
- Tavşan kaçar ve tazi onu kovalar.
- Her çift bir tavşan yuvasıdır ve koşan tavşan bu yuvalardan birine girer. Girdiğinde diğerk 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. Tazi, bu yeni tavşanı yakalamaya çalışır.).
- Tazi, tavşanı bir yuvaya girmeden yakalarsa yakalanan tavşan tazi olur, yakalayan tazi da tavşan olur ve uygulayıcı tarafından başlangıç köşelerine gönderilerek oyun tekrar başlatılır.
- Uygulayıcı bitirene kadar oyun devam eder.

**İLAVE BİLGİ VE UYARILAR**

- ✓ 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

- ✓ Sınıf mevcudu fazla ise sınıf birkaç gruba bölünebilir.
- ✓ Özellikle uzun süreli gruplarda yapılan bir uygulamadır.
- ✓ Grup üyeleri arasındaki güven duygusunun oluşup oluşmadığını anlamaya yardımcı olur.
- ✓ Çiftler oluşturulurken fiziksel güç açısından birbirine yakın kişilerin eşleşmesi sağlanabilir.
- ✓ 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

- ✓ 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 kalmaz, 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**

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

