



Seksolog ve Cinsel Eğitmen Rayka Kumru ile söyleşi

## Cinsellik eğitimi gergin monologlar halinde verilemez!

“Cinsel eğitim, mahremiyet eğitimi birbiriyle çok karıştırılan kavramlar. Benim burada bahsettiğim ve çalışma alanımda kullandığım kapsamlı cinsellik eğitimi; cinselliğe dair sosyal, kültürel, bedensel, davranışsal ve daha birçok konuyu kapsayan çocukların hem bedensel güvenliğini hem de cinsellik algısını sağlıklı ve olumlu şekilde etkileyen bir eğitim şeklidir.”



**Son zamanlarda medya aracılığı ile ortaya çıkan “Çocuk İstismarı” olayları ışığında ebeveynlerin çocukları nasıl bilinçlendirmesi gerekir. Başkaları tarafından bedenlerinin özellikle dokunulmaması gereken yerlerinin neler olduğu nasıl öğretilmeli. Ve çocukların Allah Korusun böyle bir olay yaşadıklarında herşeyi anne ve babalarına söylemeleri gerektiği onlara nasıl anlatılmalı?**

Çocuklarla cinsellik ile alakalı iletişimi erken yaşlarda kurmakta yarar var. Burada cinsellik dendiği zaman akla cinsel ilişki ya da davranışlar gelmemeli sadece.

Cinsel eğitim, mahremiyet eğitimi birbiriyle çok karıştırılan kavramlar. Benim burada bahsettiğim ve çalışma alanımda kullandığım kapsamlı cinsellik eğitimi; cinselliğe dair sosyal, kültürel, bedensel, davranışsal ve daha birçok konuyu kapsayan çocukların hem



bedensel güvenliğini hem de cinsellik algısını sağlıklı ve olumlu şekilde etkileyen bir eğitim şeklidir.

Beden, sağlıklı davranışlar, özel bölgeler, toplumsal cinsiyet rolleri, çocuğa verilen tepkilerin hepsi cinsellik eğitiminin bir parçasıdır. Öncelikle bedene doğru isimlerle hitap etmek önemli; yani pipi, kuku, şey yerine, penis, testis, vulva. Doğru kelimelerin telafuzu çocuğa bu bölgelerin ayıp ya da utanılacak bölgeler olmadığını ve beden normal birer parçası olduğunu anlamasının ilk adımınıdır. İkinci adım, beden her zaman kişiye özel olduğunu ama bazı bölgelere özel bölgeler dendiğinin anlatılmasıdır. Özel bölgeler penis, testisler, popo, vulva, ve memeler. Göğüs değil, meme. Özel bölgeleri özel yapan nedir, gibi bir soru gelebilir çocuklardan, çok haklı olarak. Özel bölgeler, hassas olduğu için özeldir. Onları hassas yapan bu bölgelerde çok sinirucu olması ve ince bir deri ile kaplı olmasıdır. Aynı sebepten dolayı bu bölgeler bazen gıdıklanabilir ya da bir takım hisler uyandırabilir. Özel bölgelerin özel olmasının bir sebebi daha, çocuğun kendisinden başka kimsenin bu bölgelere bakamıyor ve dokunamıyor olmasıdır. Bu konuda tabii birkaç istisna vardır. Bunlardan biri anne ve baba. Anne ve baba sadece çocuğun özel bölgesine hijyen (tuvalet sonrası, duş almak) ya da sağlık sebebi ile bakabilir (acı, kaşıntı, vs). Diğer istisna ise doktordur. Doktor da anne ya da babanın var olduğu bir muayene odasında çocuğu muayene edebilir. Bu kişiler limitli tutulmalıdır, çünkü çocuk tacizlerinin büyük

bir bölümü çocuğun tanıdığı ve güvendiği kişiler tarafından yapılmaktadır. Dolayısıyla buralara sadece "ailen", "akrabaların" bakabilir, demek yeterli değildir. Çocukla erken yaştan itibaren bu konular konuşulduğunda, ya da en azından bedene dair utanma ve ayıpların anlamaları sağlanmadığında çocuk bu konuyu normal karşılar ve olası bir durumda aile ile konuşma ihtimali artar. Ailesi tarafından genel anlamda bedeni ile ilgili konuşulmamış çocukların, anne babalarına olumsuz bir davranışı aktarması çok güçtür. Bu, onlarla konuşmayacağını düşündüğünden ya da başına gelen olayın yanlış ya da zararlı olduğunu zaten algılayamayışından da olabilir.

**Bizim yaşadığımız kapalı toplumda, karı koca arasında bile rahatlıkla konuşulmadığı bu konu karşısında, çocukların sordukları sorulara kendimizi nasıl hazırlamalıyız.**

Tabii ki ebeveynlerin bu konu hakkında çocuklarla konuşabilmeleri için kendi aralarında da konuşabiliyor olması gerekir. Aslında tam da bu sebeple birçok ebeveyn cinsellik hakkında konuşmanın önemli olduğunu düşünse de bunu nasıl yapacakları konusunda eksik olduklarını düşünebiliyor. Kapsamlı cinsellik eğitimi çocuğa yapılacak en önemli yatırımlardan biri olarak görülmeli. Bu, ebeveynleri motive edecek bir faktör olabilir. Kapsamlı cinsellik eğitimi alan çocuklar, psikolojik ve bedensel olarak daha olumlu deneyimler yaşar, düşünülenin aksine daha geç cinsellik deneyimler ve özel ilişkilerinde daha dikkatli kararlar alırlar.

Bunun içine istemedikleri davranışları yapma zorunluluğu hissetmeme, kendine saygı duyan kişiler ile kendini ilişkilendirmek de dahildir. Unutmamak gerekir ki birçok genç insan ilk cinsellik deneyimini akran ya da partner baskısı çerçevesinde deneyimliyor. Bu da çocuklara ve gençlere gerçek hayata dair stratejilerin öğretilmemesinden kaynaklanıyor. Kapsamlı cinsellik eğitimi bedenine ve kendine sahip çıkan, dik durabilen, kendine güvenen ve istemediği durumlarda hayır demeye cesaret edebilecek çocuklar yetiştirmeye büyük katkı sağlıyor.

Bunun dışında, komik bir strateji gibi gözükse de ayna karşısında prova yapmanın bir zararı olmaz tabii ki. Ayrıca cinsellik eğitimi gergin monologlar şeklinde değil gündelik hayatın içinde diyalog şeklinde de çocuğa aktarılabilir. Küçük bir çocuğa uygun olmadığını düşündüğünüz bir program olduğunda kanalı değiştirmekle kalmayıp neden değiştirdiğinizi anlatmak bile bir cinsellik eğitimidir. "Kanalı değiştirdim çünkü buradaki insanlar yetişkinlere özel olan bazı davranışlar yapıyorlardı. Bunda ayıp birşey yok ama henüz senin yaşın için uygun değil," denebilir örneğin.

### **Yaş grupları olarak çocuk ve yarı gençliğe geçiş olarak adlandıracağımız grup dağılımlarına göre çocuklarımızın cinselliği keşif yolculukları nasıl sürer?**

Kendi bedenlerini keşif, toplumsal cinsiyet rollerinin farkındalığı, biyolojik cinsiyet keşfi ve algısı, nereden geldiğini sorgulama (ben nereden geldim sorusu), ergenlik dönemine giriş, hormonlar fırtınası, cinsel dürtülerin belirmesi, başkalarına karşı hislerin gelişmesi... Bu süreçler her çocukta farklı zamanlarda ortaya çıkabilir. Merak ise her zaman sürecin bir parçasıdır. Merak güzeldir. Soru soran çocukların ebeynleri zorlanıyor zaman zaman, aslında soru soran çocuk sizin direkt konuya girmeniz için bir olanak sağlıyor, cevabı duymak için hazır bekliyor, yeter ki ya o anda ya da "dur bir araştırayım" diyerek soruyu cevapsız bırakmayın.

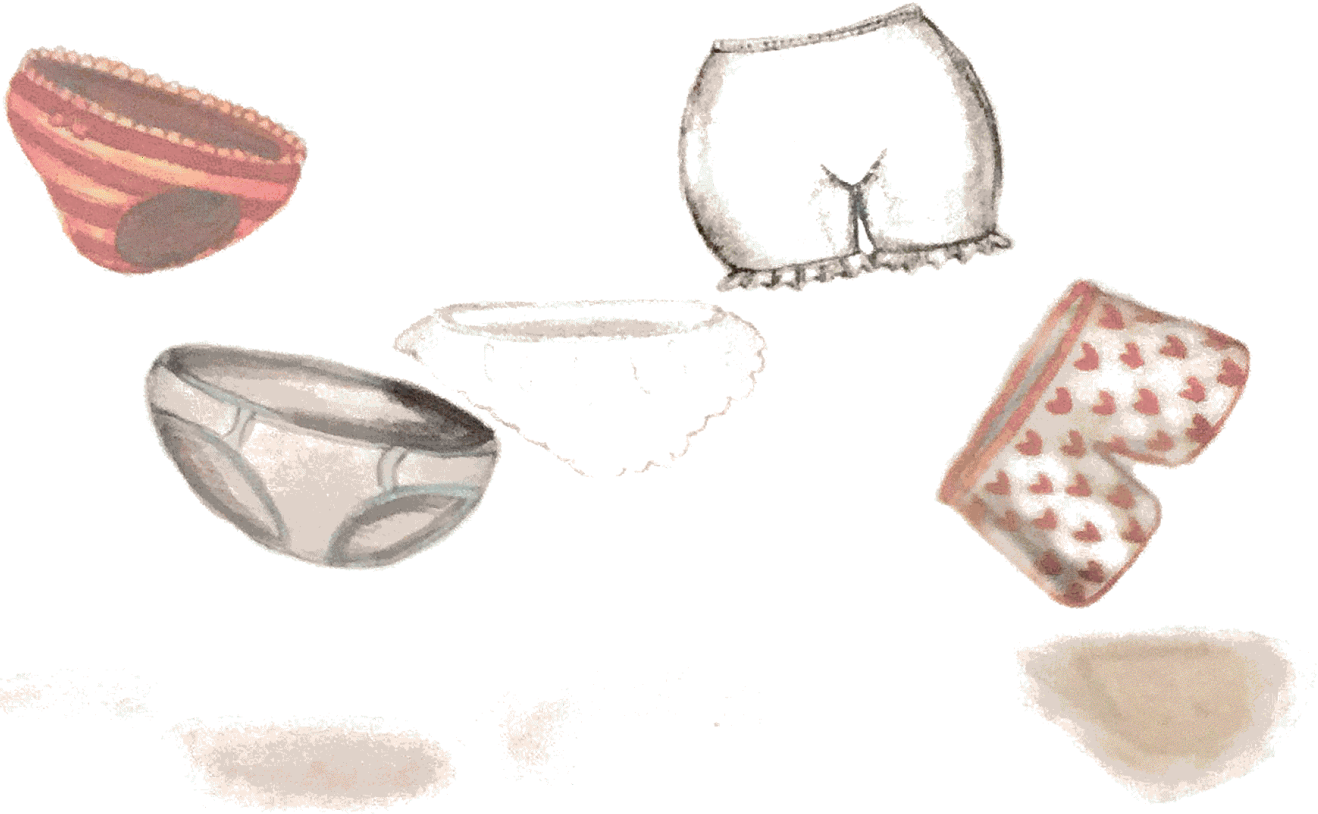
**Her şeyi daha geniş çaplı anlattığınız ve kitapçı raflarının yerini alan "Beni de Bedenimi de Seviyorum" isimli kitabınızı bir serinin parçası olarak çıkardınız. Ebeveynleri diğer bir deyişle yetişkinleri kitap yolu ile mi bilgilendirmeyi**



### **hedefliyorsunuz.**

Sunuş biçimi vasıtasıyla ebeveynleri yormadan, sıkmadan, pratik bilgiler sunarak konuyu aktarmaktı amacım. Çocuk kitabı da setin diğer kitabı. Burada da amaç çocuklara olumlu bir dil ile rengârenk karakterler ile bedenlerinin çok normal ve çok güzel ve çok özel olduğunu mesajını vermektir. İnsanların zamanı çok kısıtlı, dolayısıyla aradıkları cevapları kolayca bulacakları, herhangi bir ideolojinin etkisi altında kalmadan, bilimsel ve objektif bir şekilde bilgi alabilecekleri bir kaynak olmasıydı amacım. Bu bir rehber niteliğinde, birşeyleri nedenleri ile anlatıyor, sadece direktif vermiyor. Ebeveynler kendi dini, kültürel, aile değerlerini de katıp kendilerine en uygun şekilde uyarlayabilirler. Neticede, iş ebeveynin isteği ve kararına bağlı kalıyor. Etrafta çok fazla yanlış bilgi dolanıyor. Bu yarardan çok zarar veriyor çocuklara. Bu da çok korkutucu tabii. Biraz da bu yüzden çok yalın ve net bir şekilde yazmaya çalıştım.

"Beni de Bedenimi de Seviyorum" şimdilik 3



kitap setinden oluşaca bir seri olarak planlandı. Bu ay çıkan ebeveyn ve çocuk seti beden, özel bölgeler ve sağlıklı davranışları ele alıyor. Sonrakiler de aynen bu şekilde bir ebeveyn ve bir çocuk kitabı olarak ikili çıkacak.

**Siz bir seksolog ve cinsel eğitmenisiniz. Bu konuda hangi tür rahatsızlığı olan çocuklar size gelebilir ya da çocuklar geliyor mu?**

Türkiye’de akredite olmuş psiko-seksologlar var, bu kişiler seksoloji konusunda eğitimle ya da yeterlilik düzeyini geçmiş terapistler. Benim alanım terapi değil, lisansım Sosyoloji ve Cinsellik Bilimleri üzerine, yüksek lisansım da Seksoloji üzerine. Çalışma alanım da kapsamlı cinsellik eğitimi. Öğrenimini bu kombinasyon ile yapmış başka biri var mı bilmiyorum. Benim işim tanı ve tedavi değil, tamamen eğitim. Cinsellik eğitimi konusunda Türkiye’de tek değilim neyse ki, ancak bu eğitimi doğru ve sağlıklı şekilde veren bildiğim çok az kurum var.

**Yetişkinler sizle cinsel sorunlarınızı rahat konuşabiliyorlar mı? Hangi konularda yetişkinlere yardımcı oluyorsunuz.**

Ben genellikle gruplarla çalışıyorum, ama insanlar genelde rahatça konuşabiliyorlar. Biraz da yarattığınız ortama bağlı. Ama konuşmayan ya da konuşamayan da oluyor. Bu durum yetişkinler için de geçerli, üniversite öğrencileri için de, daha küçükler için de. Eğitim konuları çok geniş ve kapsamlı. Yetişkinlerle genel kapsamlı cinsel eğitim atölyesi ya da seminer olabiliyor: Menapoz algısı, çocuklarla cinsellik konuşabilmek, haz ve deneyimler, cinsel mitler bunlardan bazıları...

Ya da bazen şirketler konuşma yapmam için de çağırabiliyor. Esprili anlatımın özellikle bu denli tabu ve az konuşulan bir konuda ortamı çok rahatlattığını düşünüyorum. Bunun tabii ki bir dozu ve sınırı var. Yetişkinlere yönelik konuşmalarında özellikle bu yöntem her zaman bir parçası oluyor sunumun. Elimden geldiğince...