REHBERLİK BÜLTENİ
HİSAR OKULLARI İSTANBUL
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik
Şubat 2022

Please Click For English

Merhaba Sevgili Velilerimiz,

Çocuklar her şeyin ötesinde ruhsal olarak güvende olduklarını hissetmeliler… İlk andan itibaren doğdukları ev ortamındaki "psikolojik atmosfer" ve çocukların yargılanmadan kabul edildikleri alanların yaratılması sağlıklı bir gelişim sürdürebilmeleri için çok önemli….

Aile içindeki bu "psikolojik atmosfer"in çocuğun hem psikolojik hem de fiziksel bakımdan sağlıklı gelişiminde belirleyici bir rol oynadığı bilimsel çalışmalarla kanıtlanmıştır. Darling ve Steinberg'in (1993) deyimiyle "ebeveynlik bağlamı" olarak adlandırılan bu atmosfer, anne babaların çocuk yetiştirme konusundaki temel değerlerini, tutum ve davranışlarını kapsar.

Gerçekten de, psikolojinin bağımsız bir bilim dalı olarak ortaya çıkmasından bu yana incelenen en temel konulardan birisi aile tutumlarının çocukları üzerindeki etkileri olmuştur. Belki de anne babalar çocuklarını kendi varlıklarını geleceğe taşıyacak bir "ölümsüzlük sembolü" olarak gördükleri için (Cox, Arndt, Pyszczynski, Greenberg, Abdollahi ve Solomon, 2008; Greenberg, Solomon ve Pyszczynski, 1997), öyle çocuk yetiştirme tutumlarını benimsemeyi seçerler ki kendi sahip oldukları değer ve inanç sistemlerini bir sonraki jenerasyona aktarmayı güvence alabilsinler.

Anne ve babanın benimsediği inanç ve değerler doğrultusunda kullandığı dil, olaylar karşısında sergilediği tutum, çocuklarına karşı hayata geçirdikleri davranış şekilleri, her çocuğun kimlik inşasındaki yapı taşlarıdır. Çocuklarımızın belirli kalıp yargılardan bağımsız, toplumsal klişelerin içine sıkışmayan, aksine kim olduğunu ifade edebilen bireyler olmaları önceliklerimizin içinde yer almalıdır.

Onlara **"kendi olma"** özgürlüğünü verelim..

Sevgilerimle,

Sibel Yalkın
Hisar Okulları
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik
Bölüm Başkanı

Okulöncesi

Sağlıklı Sınırlar

Sağlıklı sınırlar sayesinde kendimizi tanıma, istek ve ihtiyaçlarımızı öğrenme fırsatı yakalarız ve aynı zamanda güvende olduğumuz hissine sahip oluruz. Okul ortamında öğrencilerin rutinleri bilmesinin yanı sıra belirli sınırlar dahilinde hareket ettiğinde daha huzurlu ve güvende hissettiğini görebiliyoruz.

Ev ortamları tabii ki her zaman kendimizi daha konforlu hissettiğimiz alanlar olabilir ancak sınırların çocuğun özgürlüğünü kısıtlayan bir durum değil aksine sağlıklı sınırların çocuğu koruyan, kapsayan bir konu olduğunu hatırlayalım.

Çocuklarımızın başka insanlarla etkileşimini kolaylaştıran, kendine güvenen, arzu ve isteklerini rahatlıkla dile getirebilen bireyler olması için öncelikle sınırların nerede başlayıp nerede bittiğini bilmeleri ve öğrenmeleri şarttır. Zaman zaman çocuklar kuralları ve sınırları esnetmek isteyebilirler. Bu bağlamda öncelikle onları duyduğumuzu, anladığımızı ve konuyu değerlendirebileceğimizi belirtmek ve neler yapılabileceğini iletmek (eğer esnetebileceğimiz bir konu ise) önemlidir.

Okulöncesi öğrencilerinin gelişim ve yaş seviyesi göz önüne alındığında dürtülerini kontrol etmekte, kurallara zaman zaman uymakta zorlandığının hepimiz farkındayız. Öğrencilerin kişisel alan ve sınırlarına müdahale edildiğinde mutlaka neler hissettiği hakkında sohbet etmek ve destek olmak etkili bir yöntemdir.

Sizler de belirli zaman dilimlerinde aile toplantıları ya da sohbetlerinizde ev kurallarınızı, kabul çizgilerinizi gözden geçirebilirsiniz. Bu toplantıların öncelikli amacı sınırların, kuralların neden var olduğu ve ne işe yaradığını çocuğa aktarmak olmalıdır. Dikkat etmemiz gereken nokta toplantıda tek taraflı bir konuşma gerçekleşmemesi ve çözüm önerilerine, çocuğumuzun önerilerine de açık olduğumuzu belirtmek olmalıdır. Böyle durumlarda aşağıdaki birkaç öneriden faydalanabilirsiniz.

Kitap önerileri:

Öneriler:

01. Sınır/kural ihlali ile karşılaştığınızda, kendi duygunuzu ifade ediniz ve çocuğunuzun duygusunu anlamaya çalışınız.

02. Sınırları net bir şekilde hatırlatınız ve nedenleriyle anlatınız.

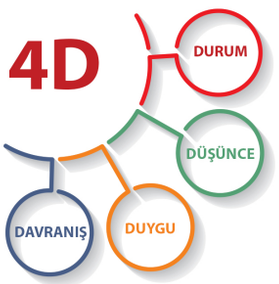
03. Sonuçların neler olacağı hakkında bilgi veriniz. Konu ile bağlantılı bir sonucu yaşamasını sağlayınız. Örneğin: Ipad kullanımı konusunda ekran süresini sıklıkla aşıyorsa ipad kullanım sürelerini birlikte gözden geçiriniz ve eğer devam ederse bir sonraki ipad talebinde süresinin daha az olacağını önceden bildiriniz.

Eylül Şarman
eylul.sarman@hisarschool.k12.tr

İlkokul

Düşüncelerimizin Hayatımıza Etkisi: "Başka Açılardan Bakmak"

Düşünce, yaşanılan durum ile olaylar, duygu ve davranışlarımız bir bütün halindedir. Her biri bir diğerini etkiler. Olumsuz bir duygu durumu içerisinde olduğumuzda, aklımızdan geçen olumsuz düşünceler bizi daha fazla tetikler. Bu da çoğunlukla durumu düzeltmeye yarayacak yapıcı davranışlar yerine, durumu bizim için daha da zorlaştıracak davranışlar içine girmemize neden olabilir. Bu ay biz de öğrencilerle birlikte rehberlik derslerinde öğrencilerin iyi olma hali ve psikolojik sağlamlıklarını desteklemek adına 4D modelini ele aldık: Durum, düşünce, duygu ve davranış. Öğrencilerle birlikte, farkındalık uyandırmak adına örnekler üzerinden beyin fırtınası yaptık. Bir örnekle açıklayalım:



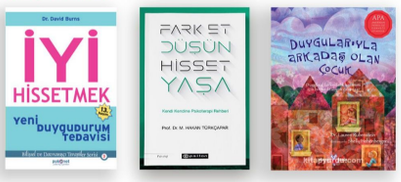
Durum: *"Arkadaşlarından biri yolda seni görüyor ama selam vermiyor."* Öğrencilerimizle böyle bir durum yaşadıklarında akıllarından o an ne geçebileceğini sorduk. Öğrencilerimiz, bu duruma yönelik **düşüncelerinin** *"Beni sevmiyor.", "Bir şeye kızmış olabilir.", "Benimle ilgilenmiyor"* şeklinde; bu düşüncenin ardından gelen **duygu** durumlarının ise, *kaygılı, üzgün, çaresiz ve kızgın* olabileceğini belirttiler. Bu nedenle arkadaşına yönelik **davranışlarının da** *küsmek, selam vermeyen arkadaşını belki de bir daha oyuna davet etmemek* olduğunu söylediler. Daha sonra, yaşadığımız olumsuz durumlarda, aklımıza öncelikle olumsuz düşüncelerin gelmesinin doğal olduğu üzerine konuştuk.

Aklımıza gelen ilk düşüncenin her zaman doğru olmayabileceği üzerine yaptığımız beyin fırtınasında, alternatif düşünceler ortaya çıktı: "Belki dalgındı ve beni görmedi.", "Bana kırılmış olabilir.", "Kırgın olması arkadaşımın beni sevmediği anlamına gelmez." Bu alternatif düşüncelerden sonra daha iyi hissettiklerini söyleyen öğrencilerimiz, bu koşullarda gidip arkadaşlarıyla konuşup sorunun ne olduğunu öğrenmenin en sağlıklı yol olduğu sonucuna ulaştılar.

Sizler de öğrencilerimizin psikolojik iyi oluşlarını korumalarını sağlamak ve alternatif düşünce üretme becerilerini desteklemek adına onlarla sohbet ederken şu soruları kullanabilirsiniz: *"Ne oldu?", "O an aklından ne geçti?", "Ne hissettin?" "Ne yaptın?", "Yaşadığın bu durum/olay hakkında sence başka nasıl düşünebilirsin?", "Şimdi nasıl hissediyorsun?", "İlk düşünceni bir bilim insanı gibi değerlendirirsen doğru olup olmadığını nasıl kanıtlarsın?", "Aynı olayı bir arkadaşın yaşasaydı ona ne derdin?"*

Empati kurabilmek bizlere farklı pencerelerden farklı manzaralar görebilme fırsatı veriyor. **Gördüğümüz manzarayı, açmaya niyet ettiğimiz pencere, yani pencereye dair bizim seçimimiz belirliyor.** Bugün yaptığımız seçimlerin hepimizi huzurlu manzaralara kavuşturması dileğiyle…

Kitap önerileri:



Demet Erşen
demet.ersen@hisarschool.k12.tr

Gözde Türkmen
gozde.turkmen@hisarschool.k12.tr

Ayşe Yıldız
ayse.yildiz@hisarschool.k12.tr

Tülin Başak
tulin.basak@hisarschool.k12.tr

Ortaokul

TAP Cinsel Sağlık Eğitimi Programı

Temel bir içgüdü olarak nitelendirilen cinsellik, biyolojik, psikolojik, sosyal, kültürel, ahlaki, boyutları olan, bedensel olduğu kadar duygu ve düşüncenin iç içe geçtiği, oldukça karmaşık bir işleyişi ifade etmektedir. Bu nedenle cinselliğin tarihi insanın varoluşuyla başlamasına rağmen, cinselliğin tüm boyutlarını kapsayabilecek bir tanımı hala yapılamamıştır. Çünkü cinsellik, bir yandan canlının ve canlılığın değişmez en temel niteliği, öte yandan da ahlaki ve kültürel değerler içinde ömür boyu yaşanan kapsamlı bir süreçtir. Bu doğrultuda öğrencilerimizin duygularının davranışlarını nasıl etkilediğini, bedensel değişimlerini ve bu değişimlerin ergenlik döneminin doğal bir parçası olduğunu fark etmelerini "Cinsel Sağlık Eğitimi" programı ile gerçekleştirmeye çalışıyoruz.

Türkiye Aile Sağlığı ve Planlaması Vakfı (TAP Vakfı) katılımıyla gerçekleştirilen; öğrencilerimizin kişisel sınırlarının oluşması, bedenlerini tanınması ve değerinin kavranması, toplumsal cinsiyet rollerinin sorgulanması, cinsel gelişimlerinin desteklenmesi, güvenli cinsellik kavramı bilinci oluşturulması ve riskli davranışların önlenmesini amaçlayan bu program uzman eğitmenler tarafından Ortaokul düzeyinde gerçekleştirildi.

Bu eğitim programının veli ayağını da desteklemek amacıyla alanda Uzman Efsun Sertoğlu'nun konuşmacımız olduğu **"Çocuklarda Cinsel Gelişim Sürecinin Desteklenmesi"** konulu seminerimizi "zoom" üzerinden canlı yayın olarak yaptık. Bu seminerde her çocuğun bedeni, cinsiyeti ve cinsel kimliği konusunda sorgulamalar yapabileceğini, bunun korkulacak bir şey değil aksine normal bir süreç olduğuna vurgu yapıldı.

Önemli olanın çocuklarımızın sorduğu sorular karşısında anne babaların vereceği cevaplar olduğuna dair hatırlatmalar yapan konuşmacımız velilerimizin sorularını cevaplamasının yanı sıra velilerimizle faydalanabilecekleri bir çok çeşitli kaynakları da paylaştı. Bu kaynakları dikkatle incelemenizi ve hatta sosyal sorumluluk kapsamında çevrenizle de paylaşmanızı tavsiye ederiz.

Çocuklukta başlayan cinsellik kavramı, ergenlik dönemi ile birlikte son şeklini alır. Bu süreçte sık sık hatırlamamız gerekenler;

- Ebeveyn olarak çocuklarla konuşmak,
- Bu konuşmalar sırasında iyi bir dinleyici olmak,
- Dinlerken göz teması kurmak,
- Çocukların kişisel alan ve sınırlarını ihlal etmemek,
- Çocuklardan izin istemek ve onay beklemek.

Her açıdan sağlıklı olduğumuz, öğrenerek gelişmeye, sorgulayarak düşünmeye devam ettiğimiz güzel bir ikinci yarıyıl dileklerimizle…

Burcu Kıranlar
burcu.kiranlar@hisarschool.k12.tr

Sevil Ünal Doğan
sevil.dogan@hisarschool.k12.tr

Simge Toprak
simge.toprak@hisarschool.k12.tr

Berrak Akagündüz
berrak.akagunduz@hisarschool.k12.tr

Lise

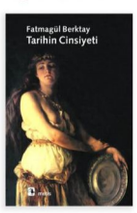
Kapsayıcılık Çalışmaları

Kapsayıcı eğitim, herhangi bir özelliğinden dolayı tek bir bireyi bile dışarıda ve geride bırakmayan bir eğitim anlayışıdır. Bu bağlamda bu ay, okulumuzda hak temelli, eşitlikçi ve kapsayıcı okul iklimini sağlamlaştırmak ve bu konuda bilinçlenmek için çalışmalarımıza hız verdik. Öğrencilerimizin kendi hak ve sorumluluklarının bilincinde hareket etmesi, başkalarının var oluşunu kabullenerek onların hakkını gözetmek için sorumluluk alması amacıyla "Kapsayıcılık Günleri" organize edildi. Öğrenciler, kapsayıcılık günleri boyunca hak savunucuları ve sivil toplum kuruluşlarının çeşitlilik ve kapsayıcılık temalarında yaptığı çalışmalara tanık oldular ve bu konularda fikir ürettikleri, tartıştıkları etkinliklere katıldılar. Bu çalışmalara ek olarak öğrencilerimiz için Uzman Efsun Sertoğlu'nun yürüttüğü "Kapsamlı Cinsellik Dersleri" düzenlendi ve seviyelere göre cinsellik kavramı birçok boyutuyla ele alındı.

Kapsayıcılık teması bağlamında öğretmenlerimizle de "Yaşayan Kütüphane" projesi gerçekleştirildi. Proje kapsamında, önyargılarla yaklaşılan ve ayrımcılık yaşantısına sahip olan bireylerden seçilen "kitapları" öğretmenlerimizle buluşturarak insan haklarına ve çeşitliliğe saygılı, eşitlikçi ve kapsayıcı bir yaklaşımın okulumuzda genişletilmesi amaçlandı. İnanıyoruz ki, öğretmenlerin farkındalığı hem öğretmenlerin öğrencilerle hem de öğrencilerin birbirleriyle kurdukları iletişimi olumlu etkileyecektir.

Mart ayı için planlanan rehberlik derslerinde de "Kapsayıcı Dil Kullanımı" konusunun sınıflarda işlenmesi planlanarak önyargılar ve kalıp yargılar nedir, nasıl oluşur ve dilimize nasıl yansır gibi başlıklarda öğrencilerimizin bilinçlenmesi hedeflendi. Ebeveyn olarak sizler de ev ortamında bu konuları gündem yaparak gençlerin güvenli bir alanda paylaşım yapmalarına olanak sağlayabilir, koşulsuz kabul anlayışıyla onların fikirlerini dinleyebilir ve gençlerle birlikte öğrenmek için bu konulardaki gündemi takip edebilirsiniz. Konuyla ilgili birkaçını aşağıda önerdiğimiz çeşitli kaynaklara ulaşabileceğiniz gibi bu ay kaleme alınan *"Toplumsal Cinsiyet Algısının ve Rollerinin Çocuk Yetiştirmeye Etkileri"* başlıklı bültenin de sizlere kaynak olabileceğini hatırlatmak isteriz.

Kaynak Önerileri:



Demet Erol
demet.erol@hisarschool.k12.tr

Akın Cihan
akin.cihan@hisarschool.k12.tr

İclal Yılmaz
iclal.yilmaz@hisarschool.k12.tr

Melih Gürkan
melih.gurkan@hisarschool.k12.tr

Toplumsal Cinsiyet Algısının ve Rollerinin Çocuk Yetiştirmeye Etkileri

Toplumsallaşma süreci içinde birey, toplumdaki davranış kalıplarını, kültürel değerleri ve normları içselleştirerek benlik ve kişilik kazanır. Bireylerin cinsiyet kimliklerini ve bu kimliklerin içerdiği anlamları öğrenmeleri de bu süreçte gerçekleşir. Çocuklarımızın kimlik gelişimlerinin önemli bir parçası olan cinsiyet kimliğinin inşa sürecinde önemli yeri olan toplumsal cinsiyet rolleri değişmez, sabit ve sorgulanamaz değildir. Toplumsal cinsiyete dayalı roller kesin doğrular şeklinde sunulduğunda, bu çerçevenin dışında kalan kişilere yönelik önyargı, baskı ve şiddet artacak; toplumsal gelişim süreci sekteye uğrayacaktır.

Çocuğun doğumuyla birlikte önce ailede, ardından okul ve medya aracılığıyla öğrendiği cinsiyet rolleri, yaşadığı fiziksel ve duygusal deneyimler hak temelli, eşitlikçi, kapsayıcı bir çerçeveden ele alınırsa gerek bireysel gerekse toplumsal açıdan sağlıklı bir gelişmeden, dönüşümden ve ilerlemeden bahsedilebilir. Bu nedenle, çocuğun yetişmesinde rolü olan her yetişkinin, toplumsal cinsiyet eşitliğini hedeflemesi, konuyla ilgili farkındalığını, duyarlılığını, bilgisini artırması oldukça önemlidir.

Cinsiyet Kavramları:

Atanmış Cinsiyet: Doğum sırasında veya rahim içi dönemde, dış genital özellikler üzerinden inşa edilen varsayımlarla kişilere atanan cinsiyeti ifade eder. Bu tanım, kimi ülkelerde, kültürlerde genişlemekle beraber, çoğunlukla iki cinsiyetle (kız-oğlan, kadın-erkek) sınırlıdır.

Toplumsal Cinsiyet: Toplumda atanmış cinsiyetlerle ilişkilendirilerek "kadınlık" ve "erkeklik" ile özdeşleştirilen tutum, duygu ve davranışların tümüdür. Ancak, son yıllarda yapılan bilimsel araştırmalar çeşitliliğin sadece beden ve biyoloji temelli bir cinsiyet tanımıyla açıklanamayacağını göstermektedir. Bu farkındalıkla toplumsal cinsiyet kavramı, toplumsal önyargı haline gelmiş iki sabit toplumsal cinsiyet kimliğinin ötesinde, her cinsiyeti, cinsiyet kimliğini ve cinsel yönelimi içeren bir kavram olarak tanımlanmaktadır.

Toplumsal Cinsiyet Rolü: Toplumun tarihi ve kültürel özelliklerine göre belli cinsiyetlerle ilişkilendirilen özellikler, tutumlar, davranışlar, roller ve sorumluluklar bütünüdür. Kadınların ev işleriyle, erkeklerin ise evin dışındaki işlerle ilgilenmesi gerektiğini düşünmek buna örnek olarak gösterilebilir. Bu roller sosyalleşme sürecinde öğrenilir ve toplumun bireylerden beklentileri haline gelir.

Cinsiyet Kimliği: Kişinin kendisini ait hissettiği, özdeşim kurduğu, tanımladığı, doğumda kendisine atanan cinsiyetle örtüşen veya örtüşmeyen cinsiyetidir.

Toplumsal Cinsiyet İfadesi: Kişinin, cinsiyet kimliğini giyim tarzı, saç stili, makyaj tercihi, ses, konuşma şekli, beden dili, davranış ve benzeri yollarla dışarıya göstermesini ifade eder. Kişiler kendilerini çok çeşitli ve değişken şekilde ifade edebilirler.

Toplumsal Cinsiyet Eşitliği: Kişilerin cinsiyet temelli ayrımcılığa uğramadan toplumsal yaşamın her alanında eşit olarak yer alması, görülebilmesi, güçlenmesi, temsil edilmesi ve katılımı olarak ifade edilmektedir.

Cinsiyet Rollerinin Öğrenilmesindeki Etmenler:

Çocuklar, toplum tarafından kız ya da oğlan olarak kategorize edilmekle birlikte kendi cinsiyetlerine yüklenen kültürel anlamları öğrenmeye ve kazanmaya başlarlar. Toplumsal cinsiyet kavramı doğrultusunda, sadece cinsiyete dayalı roller ve davranış kalıpları edinmekle kalmayıp aynı zamanda sosyalleşme süreci içinde toplumsal cinsiyetlerine dair değer, norm ve yargıları da öğrenirler. Önceden tasarlanmış bu sosyo-kültürel kalıplar ve düşünceler *"toplumsal cinsiyet kalıp yargıları"* olarak da adlandırılabilir. Şüphesiz ki, toplumsal cinsiyet kalıp yargılarının oluşumu, toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanmasında ciddi bir engel teşkil eder ve ayrımcılık, ötekileştirme içerir. Bu kalıp yargıların bireyler üzerindeki etkisini, önce toplumun en küçük yapı taşı olan ailede, ardından okul ve medya aracılığıyla belirgin şekilde görebiliriz.

Çocuk;
ebeveyn onu aklında hayal ettiği andan itibaren var olmaya başlar.

Aileler,
toplumun mikrokozmozudur.

Aile:

Çocuk; ebeveyn onu aklında hayal ettiği andan itibaren var olmaya başlar. Aileler, toplumun mikrokozmozudur. Çocuğun okul yoluyla topluma katılmadan önce ebeveyni aracılığıyla belli toplumsal yargılara uyum sağlaması beklenir. Gebelik sürecinin başladığı andan itibaren "Çocuk odasını kız olursa pembe, erkek olursa mavi boyarız", "Erkek olsun, soyumuzu devam ettirsin", "Kız babası olmak zordur", "Kız çocuğumuz olsun, ileride bize bakar" gibi yargılarla, çocuklar daha dünyaya gelmeden bazı cinsiyetçi rollerin yüklerini taşımaya başlayabilir.

Geçmişten bugüne, kız-oğlan çocuklarına alınan oyuncakların, kıyafetlerin ve onların oynayacağı oyunların dahi seçimlerinde cinsiyet farklılığının temel alındığını görebiliriz. Saldırıya ve harekete yönelik oyunların/oyuncakların oğlan çocuklarına, oyuncak bebeklerin ve aile temalı oyuncakların ise kız çocuklarına yakıştırılması buna bir örnektir. Kıyafetleri konusunda da benzer ayrımlar renk üzerinden devam edebilir. Kız çocuklarına açık ve renkli kıyafetler seçilirken oğlan çocuklarına koyu renkli ve sade renklerin uygun görülmesi sıklıkla karşımıza çıkan başka bir örnektir.

Çocuk, aile içerisinde yukarıda bahsedilen farklılıklara ek olarak ev içindeki rollerin dağılımına da şahit olarak büyür. Toplumsal cinsiyet rollerine göre; ailenin kontrolü çoğunlukla babaya verilir. Dış dünyadaki işler (para, iktidar, karar verme yetkisi) babanın sorumluluğundayken, ev içinde temizlik, mutfak ve çocukların bakımı gibi konular ise annenin sorumluluk alanı şeklinde tanımlanmış gibi gözükmektedir. Bu şekilde erkek; ailenin "lideri, direği, reisi" olarak tanımlanıp iktidar sahibi olurken kadın ise erkeğine bağımlıdır ve toplum kadını erkeğin arkasındaki destek gücü olarak sınırlar. Bu tür atanmış sorumluluklar ise çocukların yatkınlıkları, doğuştan getirdiği çeşitlilikleri ve ilgi alanlarına yönelmeleri önünde engeller oluşturabilir.

Toplumun dayattığı normlara uyum sağlamakta zorlanıp kendini dışlanmış, uyumsuz gibi görebilir veya tam tersi bu normları kesin doğrular olarak algılayıp farklı biri olma, farklı davranma özgürlüğünü kısıtlayabilirler. Bu tarz ailelerde yetişen çocuklarda kalıp yargı oluşturma olasılığı artmakta ve değişen durumlara uyum sağlama kapasitesi düşmektedir.

Toplumsal cinsiyete dayalı bilgiler, küçük yaşlarda çizgi filmler ve hikâye kitapları yoluyla da çocuğun kalıp yargılar edinmesine sebep olabilmektedir. Beyaz atlı prensini bekleyen prensesler, ailesini kurmayı hedefleyen, duygusal kırılganlığı olan kız çocukları ve büyüyüp yaşadığı yeri kurtarması beklenen, savaşçı yetiştirilen, işini eline alması beklenen oğlan çocukları temaları sıkça işlenen konular olarak karşımıza çıkabilmektedir. Benzer şekilde; ergenlik döneminde gençlerin takip ettiği görsel, yazılı ve sosyal medyada kusursuz/arzu edilen beden algısı, cinsiyet farklılıklarına göre cinsel deneyimin yüceltilmesi veya aşağılanması, güç/iktidar/kariyer gibi konularda cinsiyete dayalı beklentilerin artması veya azalması gibi başlıklara sıkça rastlanabilmektedir.

Bu sebeple ebeveyn; çocukları büyüyüp bir yetişkin olana kadar, çocuğunun takip ettiği kitle iletişim araçlarını, bunların içeriklerini, popüler kültürü takip etmek durumundadır. Böylece ebeveyn, çocuğunun yargıları kalıplaşmadan ona farklı biri olabileceği bir alan açabilir.

Okul:

Toplumlar kendisini oluşturan bireylerin atanmış cinsiyetlerine yönelik yaşaması ve davranması beklentisi içerisinde olurlar. Okullar da bu bağlamda sosyal normların aktarımında, toplumun davranış kalıplarının gelecek kuşaklara aktarılmasında önemli bir rol oynar. Okullar, çocuk ve gençleri içine aldığı eğitim-öğretim ortamları, uygulamaları ve müfredatları aracılığıyla bu aktarımı gerçekleştirir. Öğrenciler nasıl davranmaları, nasıl giyinmeleri gerektiği, toplumun onlardan hangi beklentiler içinde olduğu gibi toplumsal cinsiyet rollerini aileden sonra okulda öğrenirler.

Uygun ve kabul gören davranışlar, hangi meslekleri tercih etmelerinin kendileri için daha uygun olduğu gibi mesajlar da okulda yerleşir. Okul ortamlarında öğretmenler ve yöneticilerin cinsiyetlere göre farklı tutumlar sergilemesi, kızların sakin ve kibar, erkeklerin ise daha hareketli davranmalarının beklenmesi, müfredatların ve eğitimcilerin öğrencilere tanıdığı fırsatların cinsiyetlere göre farklılık gösterebilmesi gibi olgular cinsiyete dair kalıplarının yerleşmesinde etkili olabilmektedir.

Okulların bilinçsizce yaklaşımlarına örnek olarak, kızlara ayrı erkeklere ayrı farklı oyunların oynatılması, verilecek görevlerde cinsiyetçi iş bölümü yapmak, kısa saçlı olmanın sadece erkeklere, uzun saçın kızlara uygun görülmesi, spora yatkın olmayan erkek öğrencilerin, matematik yeteneği yüksek kız öğrencilerin ayrıştırılması gibi durumları gösterebiliriz. Öğretmenler ve okul yöneticileri tarafından kullanılabilecek "Hanım hanımcık giyinmişsin.", "Adam gibi otur!", "Erkekler ağlamaz.", "Kızlar yüksek sesle gülmez." gibi kalıp yargı ifadeler de yine toplumsal cinsiyet rollerinin dayatılmasında etkilidir.

Toplumsal cinsiyet rollerinin aktarımında akranlar arası etkileşim de sosyalleşme yoluyla etkili olmaktadır. Çocuklar, okulda akranlarının büyük çoğunluğunun atanmış rollerine uygun davranışlar sergilemesi ve bu davranışları diğerlerine dayatması ile karşılaşabilirler. Beklentiyi karşılamayanlara karşı sözlü ya da sözel olmayan alaycı, cezalandırıcı tutum ve davranışlar sıklıkla görülebilmektedir. Bu noktada eşitlikçi ve kapsayıcı bir dil kullanımının tüm dünyada, öğrenciler ve öğretmenler arasında yaygınlaşabilmesi, toplumsal cinsiyet eşitliği konusunda aşama kaydedilebilmesi için gereklidir.

Okullarda kalıp yargılar içeren yaklaşımlar kendisini öğrencilerin kariyer gelişimlerinde de göstermektedir. Kız ve oğlan çocukların doğal yeteneklerini, okul seçimi ve mesleki tercihlerini, hatta daha genel olarak yaşam fırsatlarının gelişimini sınırlayabilir. “Öğretmenlik kızlara daha uygun bir meslek.” “Mühendisliği genelde erkekler tercih eder.” gibi cinsiyetçi yaklaşımlarla bu durum kendisini gösterebilir.

Toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında okul müfredatının içeriği, okutulan kitaplar, izletilen görseller, verilen ödevler, projeler ve bunların dağılımındaki eşitsizlikler de etkili olmaktadır. Babaların işe gittiği annelerin ev işi yaptığı aileler, doktorların erkek, hemşirelerin kadın olduğu gibi geleneksel erkeklik ve kadınlık rollerini teşvik eden ve güçlendiren materyaller bu duruma en iyi örneklerdendir. İçerik gereği bu tür materyaller ile karşılaşıldığında eğitimcilerin bu durumları fırsata çevirebilmesi, olguları bağlamı içerisinde değerlendirdikten sonra eşitliğe ve kapsayıcılığa vurgu yapması, öğrencilerin hak temelli düşünmesini ve tartışabilmesini sağlayabilmeleri çok önemlidir.

Medya:

Çocuğun büyüme ve gelişimine etki eden çevresel faktörlerden edindiği deneyimler üzerinde medyanın yadsınamaz bir etkisi vardır. Televizyon, internet, gazete, dergi, sosyal medya gibi kitle iletişim araçları ile etkileşim halinde olmaya başlayan çocuk, toplumsal cinsiyet rolleriyle ilgili mesajları, ailenin aktarımıyla beraber almaya devam eder. Medya aracılığıyla alınan mesajlar, bireyin toplum içindeki yerini ve görevini belirginleştirmesine ve içselleştirmesine neden olur. Medyada yer alan, dizi ve filmler, haberler, gündüz kuşağı ve magazin programları, çizgi filmler, reklamlar vb. toplumsal cinsiyet rollerinin topluma yansımasını sağlayarak bireyin toplum içindeki rolünü şekillendirir.

Medya, kullandığı araçlar yoluyla ataerkil fikirler sunarak toplumsal cinsiyet modellerini aktarmasının yanı sıra toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin yaratılmasında da aracı olmaktadır. Kadın ve erkek rolleri belli kalıplarda “ideal” olarak topluma yansıtılırken, ikili cinsiyet sisteminin dışında olan bireylerin medyada yer almadığını, hatta yer alsa bile topluma aykırı oldukları dayatılarak ötekileştirilmeleri söz konusu olup nefret söylemine maruz kaldıkları görülmektedir. Öyle ki bu ideal kalıplar çocuk çizgi filmlerinden yetişkin dizilerine kadar geniş bir skalada işlenerek küçükten büyüğe her yaşta bireyin algısına nüfuz etmek için medyanın güçlü bir araç olarak kullanıldığına şahit oluruz.

Televizyon ve sosyal medya, değer ve inançları bireylere yansıtma konusunda en etkili kitle iletişim araçlarından biridir. Yoğun bir şekilde televizyon izlemeye maruz kalan çocuk ve gençler, bir süre sonra ekranda gördükleri gerçekliğe uygun davranmaya başlayarak oluşturulmaya çalışılan değerler ve kalıp yargıları benimseyebilirler. Örneğin reklamlarla pazarlanan ürünlerin yanında ekrana yansıtılan modeller “güzel/yakışıklı, sert, fedakâr vb.” özelliklerde, genellikle çocuk ve gençlerin kolaylıkla taklit edebileceği tiplerdir. Erkeklere yüksek mevkide iş sahibi olan, savaşçı gibi roller atfedilirken kaslı, güçlü olmaları ön plana çıkarılır.

Kadınlar ise genellikle daha alt düzeyde işlerde çalışan, şiddet mağduru, korunması gereken özelliklerle karşımıza çıkar. Medya, kadınların duygusal karakter yapılanmasının altını çizerken onların sürekli “zayıf, fit, bakımlı” bir görüntüde olmaları gerektiğine dair vurgu yaparak cinsiyet rollerindeki eşitsizliği pekiştirmektedir. Sürekli maruz kalınan toplumsal cinsiyete dayalı kalıplar bir süre sonra normalleştirilmektedir. Ekranda izlenilen davranış kalıpları transfer edilerek medya tarafından yaratılan kimlik ve var olan kimlik arasında çatışmalar ortaya çıkabilir.

Ev Ortamında Dikkat Edilmesi Gerekenler:

Toplumsal Cinsiyet Konularının Gündem Yapılması:

Çocuklar ve gençlerle cinsel kimlik, cinsiyet eşitliği ve kadın hakları hakkında düşüncelerinizi paylaşabileceğiniz sohbet fırsatlarını değerlendirin. Toplumsal eşitliğin herkesin daha mutlu yaşayabileceği bir dünya için önemini vurgulayın. Erken yaşta doğru bilgilerin aile tarafından aktarılması bu noktada büyük önem taşımaktadır. Ayrıca aile içinde fikirlerin özgürce ifade edilebilmesi için cesaret aşılamak, çocuklarımızın gelecekte toplum içinde görüşlerini ortaya koyabilmelerinin önünü açacaktır.

Çocukları/Gençleri Dinlemek:

Günümüzde bilgiye ulaşımın kolay olması, iletişimin hızlanması, sosyal medya aracılığıyla görüşlerin kolayca paylaşılabilmesini ve tartışılabilmesini mümkün kılmaktadır. Bu durum güncel gelişmelerin dünyaya ve insanların yaşamlarına etkisi hakkında çocukların/gençlerin çok daha fazla fikir sahibi olmasını beraberinde getirmektedir. Eşitlik konusundaki fikirlerini belirtebilmeleri, düşüncelerini özgürce ifade edebilecekleri ortamlara sahip olmaları onların özgüvenlerini ve özsaygılarını da destekleyecektir.

Evde İş Bölümü Yapmak:

Yapılan araştırmalara göre dünya genelinde kadınlar erkeklerden en az iki buçuk saat daha fazla ev işiyle uğraşmaktadır. Bu sebeple, binlerce kadın ve kız çocuğu, okula gitme, tam zamanlı çalışma ya da dinlenme fırsatı bulamamaktadır. Kız ve oğlan çocuklarının evin işlerine eşit biçimde katılımını desteklemek, evin ihtiyaçlarını tüm ailede iş bölümü yaparak gidermek, "baban bu aileyi geçindirmek için neler yapıyor", "kızım, ev işlerinde annene yardım etmelisin" gibi cümlelerden uzak durmak çocuklarınızın kafasında konuya ilişkin kalıpyargıların oluşumunu engelleyecektir.

Çeşitli Rol Modelleri Göstermek:

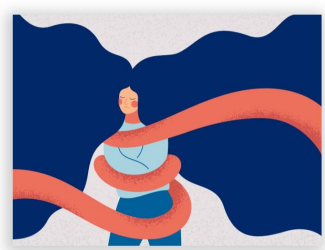
Çocuklara ve gençlere, ilgi, yetenek ve gayretleriyle başarıya ulaşmış farklı etnik köken, cinsiyet, dil, din ya da renkten rol model olabilecek insanları göstermek, onların yaşamdaki çeşitliliği görmelerini sağlayacaktır. İnsanların özellikleri ne olursa olsun başarılı, mutlu bireyler olabileceklerini algılamalarına destek olun.

Basmakalıp Yaklaşımları Değiştirmek:

Toplumsal cinsiyet genetik, biyolojik ve fizyolojik ayrımdan çok bütüncül sosyolojik bir baskının sonucunda oluşmaktadır. Toplumu oluşturan bireylerin yaptığı sınırlayıcı tanımlar ve bunlara göre oluşturulan beklentiler bir süre sonra genelin tanımı ve beklentisine dönüşmektedir. İster istemez hepimizde toplumsal cinsiyet eşitsizliğine zemin hazırlayacak tutumlar bulunabilmektedir. Bu noktada önemli olan çocukların ve gençlerin okulda, sokakta, medyada bu tür basmakalıp yargıları tanımalarını ve bu yargılara sorgulayıcı yaklaşabilmelerini sağlayabilmektir. Önce kendi kalıp yargılarınızdan kurtularak, çeşitliliklerin normal ve kabul edilebilir olduğunu ebeveyn tutumlarınıza yansıtın. Unutmayın ki, sizin tutumunuz çocuklarınız için kendilerini oldukları gibi ifade edebilecekleri güvenli bir alan oluşturacaktır.

Sorumluluk-Özgüven: Kızlara yüklenen sorumlulukların ve yerleştirilen sorumluluk algısının oğlan çocuklarına göre daha güçlü olduğunu görebiliriz. "Kızlar eşyalarını kaybetmez, ödevlerini aksatmaz, kızların yazıları inci gibidir, odaları derli toplu olmalıdır", "kızlar ailelerine bağlıdır, büyüyünce anne-babasına bakar benim canım kızım" gibi cümlelere karşılık, oğlan çocuklarının özellikle özgüvenli olması için çaba harcanmasına, onlara daha çok inisiyatif verilmesine şahit olup, "benim oğlum tuttuğunu koparan bir adam olacak" gibi ifadeleri duyabiliriz. Bu tür bakış açılarının çocukların algılarında cinsiyet eşitsizliğini pekiştirdiği unutulmamalıdır.

Gözetim-Serbestlik: Özellikle lise dönemine gelinmesiyle birlikte, erkeklerin gözetim hali, "istesek de tutamayız" algısıyla azalırken; kızların üzerindeki gözetim ve denetim (arkadaşlarından, kıyafetlerine, gideceği yerlerden, gitme şekillerine kadar sürekli sorgulanma hali) hiç bitmiyorsa burada da cinsiyet rollerinin eşitsizliğinden bahsedebiliriz. Ergenlikle birlikte bu denetim halinin, her iki atanmış cinsiyet için de "kontrollü serbestliğe" dönüşmesi sağlıklı olandır.



Namus/Ahlak: Bu kavramlar, özellikle kız çocuklarının cinselliğiyle ilgili olarak ifade edilmemelidir. Kapsayıcı ve eşitlikçi bir perspektiften bakan ebeveynler, ergen yaştaki oğullarına "dikkatli olmaları", kızlarına ise "kendilerini zor durumda bırakmamaları" yönünde öğüt vermez, telkinde bulunmazlar.

Bedenleri ile Barışık Olmalarını Desteklemek:
Gençlerin ve çocukların hayatını doğrudan etkileyen, toplumun, medyanın, popüler kültürün dayattığı güzellik, kadınlık, erkeklik algılarını bilmek, gerçekçi olmayan, cinsiyetçi vücut standartlarının farkında olmak ebeveynler açısından çok önemlidir. Farkındalıklı tutum ve yaklaşımlarınız ile, belirli güzellik standartlarının dayatıldığı, fiziksel görünümleri üzerinden yargılanılan ortamlar ve durumlarda çocuklarınızın duygu durumlarını koruma becerilerine katkı sağlamış olursunuz.

Özetle, tüm dünyada çocuklar ve gençler okul, aile, medya, çevre ve kültür aracılığıyla belirli kalıplara sıkıştırılmaya çalışılmaktadır. Toplumsal cinsiyete dair kalıp yargıları sorgulamak, toplumsal cinsiyet eşitliğini odağa alan bir ebeveyn tutumunu benimsemek, çocukların hak temelli bir gelecek inşa etmelerine ve ayrımcılığa karşı duruş sergilemelerine katkı sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

Akkaş, İ. (2019). Cinsiyet ve toplumsal cinsiyet kavramları çerçevesinde ortaya çıkan toplumsal cinsiyet ayrımcılığı. *Ekev Akademi Dergisi,* 97-118.

Aktaş, G. (2020). Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Televizyon Dizilerine Yansıması Üzerine Sosyolojik Bir Değerlendirme. *Sosyolojik Bağlam Dergisi, 1,* 1-12.

Bigler, R., Hayes, A. R., ve Hamilton, V. (2013). The role of schools in the early socialization of gender differences. *Encyclopedia on Early Childhood Development*, 1-4.

Ecevit, Y. (2021). Toplumsal Cinsiyet Eşitliğinin Temel Kavramları. Ceid Yayınları, Ankara.

Esen Kaynak, Y. (2020). Toplumsallaşma sürecinde cinsiyet rolleri.7 Şubat 2022 tarihinde https://acikders.ankara.edu.tr/pluginfile.php/70677/mod_resource/content/0/Cinsiyet-Toplumsal%20cinsiyet.pdf internet sitesinden edinilmiştir.

Eşitlik evde başlar. (2019, 25 Ağustos). Eşit Adımlar Platformu. 8 Şubat 2022 tarihinde http://www.skdturkiye.org/esit-adimlar/yakin-plan/esitlik-evde-baslar internet sitesinden edinilmiştir.

Kılıç, A. Z., Durmuş, G., ve Soran, M. (2013). Ebeveynlerin toplumsal cinsiyet algısı ve çocuk yetiştirmeye etkileri. 8 Şubat 2022 tarihinde http://cocuk.bilgi.edu.tr/wp-content/uploads/2020/02/EBEVEYNLERI%CC%87N-TOPLUMSAL-CI%CC%87NSI%CC%87YET-ALGISI-VE-C%CC%A7OCUK-YETI%CC%87S%CC%A7TI%CC%87RMEYE-ETKI%CC%87LERI%CC%87.pdf internet sitesinden edinilmiştir.

Molla, E. (2016). The role of school in gender socialization. *European Journal of Educational Sciences*, *3*(1), 1-7.

Sertoğlu, E. (2021). Lgbti+ öğrencileri aile ve okul kıskacına karşı nasıl korumalı? Lezbiyen, gey, biseksüel, trans, interseks, + öğrenciler ve aileleriyle çalışan eğitimciler için kılavuz. *Kaos GL Derneği,* Ankara.

Toplumsal cinsiyet eşitliği ailede başlıyor. (2020, 7 Ağustos). QBlog. 7 Şubat 2022 tarihinde https://blog.quicksigorta.com/yasam/toplumsal-cinsiyet-esitligi-ailede-basliyor-1721 internet sitesinden edinilmiştir.

Toplumsal cinsiyet eşitsizliği nedir, toplumsal cinsiyet eşitliği nasıl desteklenir? (2021, 8 Mart). Uplifers. 9 Şubat 2022 tarihinde https://www.uplifers.com/toplumsal-cinsiyet-esitsizligi-nedir-toplumsal-cinsiyet-esitligi-nasil-desteklenir/#ixzz7KUm6NnB4https://www.uplifers.com/toplumsal-cinsiyet-esitsizligi-nedir-toplumsal-cinsiyet-esitligi-nasil-desteklenir/ internet sitesinden edinilmiştir.

Toplumsal cinsiyet ve medya. İstanbul Üniversitesi. 9 Şubat 2022 tarihinde https://cdn-acikogretim.istanbul.edu.tr/auzefcontent/20_21_guz/toplumsal_cinsiyet_tartismalari/8/index.html internet sitesinden edinilmiştir.

Uluyağcı, C. ve Yılmaz, R. A. (2007). Televizyon reklamlarında çocuğa ilişkin toplumsal cinsiyet rollerinin sunumu. *Galatasaray Üniversitesi İletişim Dergisi*, (6), 141-157.

HİSAR OKULLARI
Göktürk Merkez Mahallesi İstanbul Caddesi No:3
Eyüpsultan/İstanbul 34077 Türkiye
Tel: +90 212 364 00 00

Want to change how you receive these emails?
You can update your preferences or unsubscribe from this list.
Hisar Okulları · Göktürk Merkez Mahallesi İstanbul Caddesi No:3 Eyüp · İstanbul 34077 · Türkiye