

# cİNSELLİĞİMİZ VAR!



KİH KADININ  
İNSAN HAKLARI  
DERNEĞİ

# CİNSELLİĞİMİZ VAR!

18. Basım-2000 adet basılmıştır.

Mayıs 2024

1. Basım, İstanbul, 2000

1. BASIMI HAZIRLAYANLAR

**Nuran Akıncı, İpek İlkkaracan Ajas, Nigar Etizer Karacık, Somnur Vardar**

BİRİNCİ BASIM SONRASI KİTAPÇIĞA KATKIDA BULUNANLAR

**Derya Acuner, Lalezar Akar, Liz Erçevik Amado, Fulya Ayata, Zelal Bedriye Ayman, Ebru Batık, Tuğçe Canbolat, Saba Esin, Irazca Geray, İrem Gerkuş, Derya Kaya, Deniz Kaynak, Evre Kaynak, Karin Ronge, Duygu Dokuz, Ayça Üzelgün Tekeli**

DANIŞMANLAR

**Pınar İlkkaracan, Gülsah Seral**

ÇİZİMLER

**Duygu Serin**

TASARIM

**Kumanda İletişim**

UYGULAMA

**Myra**

BASKI

**İmak Ofset Basım Yayın San. ve Tic. Ltd. Şti.**

Akçaburgaz Mah. 137. Sok.No: 12 Esenyurt / İstanbul / Türkiye

Tel: 444 62 18 / Faks: 0212 656 29 26 / E-Posta: info@imakofset.com.tr

Kitapçığın ön deneme sürecinde bizlere yardımcı olan Ümraniye Kadın Merkezi Yönetim Kurulu üyelerine teşekkür ederiz: Filiz Afacan, Figen Güven, Serpil Özbudak, Tülin Özcan, Nur Uysal

Ön deneme çalışmasına katılan arkadaşlarımıza teşekkür ederiz: Sadika Çakır, Yıldız Çakır, Nurten Ferah, Sevim Kahyaoğlu, Hatun Yıldız

Bu kitapçığın ilk basımı Uluslararası Kadın Sağlık Örgütü (International Women's Health Coalition) ve Alman Teknik İşbirliği Kurumu'nun (Gesellschaft für Technische Zusammenarbeit GmbH) katkılarıyla hazırlanmıştır.

© Kadının İnsan Hakları - Yeni Çözümler Derneği / Women for Women's Human Rights - New Ways

Bu yayının tüm hakları saklıdır. Yayının hiçbir bölümü, Kadının İnsan Hakları - Yeni Çözümler Derneği'nin izni olmaksızın değiştirilemez ve elektronik veya mekanik (fotokopi vb.) ortamda çoğaltılamaz. Referans verilerek alıntı yapılması dışında içeriğin kullanımı yazılı izne tabidir.

ISBN 978-605-71625-5-7

# içindekiler

CİNSELLİĞİMİZİ KENDİ TERCİHİMİZE GÖRE, GÜZEL VE SAĞLIKLI YAŞAMAK HAKKIMIZDIR!	4
CİNSELLİK NEDİR?	5
CİSEL HAKLARIMIZ NELERDİR?	6
KADININ CİNSELLİK KONUSUNDAKİ İNSAN HAKLARI	11
CİNSELLİĞİMİZ VE BEDENİMİZ BİZİMDİR	13
BEDENİMİZ, CİSEL ORGANLARIMIZ VE İŞLEVLERİ	15
CİNSELLİĞİMİZE İLİŞKİN YANLIŞ İNANIŞLAR VE GERÇEKLER	19
KADINA KARŞI BİR ŞİDDET TÜRÜ: CİSEL TACİZ	26
HER TÜRLÜ CİSEL TACİZ VE SALDIRIDAN KORUNMAK HAKKIMIZDIR	27
KADININ ÜZERİNDE BİR TOPLUM BASKISI: BEKÂRET	28
CİSEL SORUNLAR	29
CİSEL VE BEDENSEL HAKLARIMLA İLGİLİ BİLGİ VE DESTEK ALMAK İÇİN NERELEERE BAŞVURABİLİRİM?	31

# CİNSELLİĞİMİZİ KENDİ TERÇİHİMİZE GÖRE, GÜZEL VE SAĞLIKLI YAŞAMAK HAKKIMIZDIR!

İnsan yaşamının en temel unsurlarından biri olan cinsellik, kadın erkek herkesin hayatının doğal bir parçasıdır.

Cinsellik konusunda bilgilenmek, bedenimiz ve cinselliğimizle ilgili her konuda kendi özgür irademizle karar vermek bizim insan hakkımızdır. Bir kadının bedeni ve cinselliği sadece o kadına aittir. Cinsel ilişkiye girmek veya girmemek, evlilik, hamilelik veya kurtaj gibi konularda dilediğimiz seçimi yapmak bizim cinsel, bedensel ve doğurganlık haklarımızdır.

Yetişkin bireylerin sağlıklı ve mutlu bir cinsel yaşam sürdürmeleri, ruhsal ve bedensel sağlıklarını açısından önemlidir. Sağlıklı bir cinsel yaşam kendimiz ve çevremizle uyum içinde olmamızı sağlar.

Birçoğumuz cinsellikle ilgili yanlış inanışlarla büyütülüyoruz. Örneğin toplumumuzda, özellikle kız çocuklara ve kadınlara cinselliğin ayıp olduğu öğretiliyor, bedenlerini ve cinselliklerini gizlemeleri tembih ediliyor. Oysa çocuklumuzdan itibaren bizlere öğretilenin aksine, kadın bedeni ve cinselliği saklanması gereken veya utanılacak bir şey değildir. Aslında bedenimizi tanımak ve cinselliğimizi dilediğimiz gibi yaşamak, hayatını güzelleştirir.

Sağlıklı cinselliğin en önemli koşullarından biri, kendi bedenimizi iyi tanımak ve sevmektir. Cinselliğimizi yaşayacağımız kişiyi kendi özgür irademizle seçebilmek ve onunla açık iletişim içerisinde olmak, sağlıklı bir cinsel yaşam için çok önemlidir. Ayrıca cinsellikle ilgili sorularımıza doğru yanıtları bulabilmeli ve gerekli bilgilere ulaşabilmeliyiz. Çünkü sağlıklı ve mutlu bir cinsel yaşam hepimizin hakkı.

Hazırladığımız bu kitapçıkta, kadın cinselliği konusunda bazı önemli bilgileri paylaşmak istedik. Bu kitapçığın kadın olarak cinselliğimizi tanıüp sevmekte bize yardımcı olmasını umuyoruz.

## CİNSELLİK NEDİR?

Cinselliği tanımlamak için son 20 küsur yıldır ciddi bir uğraş veriliyor. Dünya Sağlık Örgütü'nün cinsel sağlığı tanımlamak için 2002 yılında gerçekleştirdiği bir toplantıda, uluslararası alandan uzmanlar cinselliğin tanımı üzerinde de çalışmışlar. Çalışmalarında 1994 tarihli Uluslararası Nüfus ve Kalkınma Konferansı'nın Eylem Programı ile 1995 yılındaki Birleşmiş Milletler Dünya Kadın Konferansı'nın Eylem Planı gibi uluslararası belgeleri temel almışlar. Daha sonra 2004 yılında bir kez daha bir araya gelen uzmanlar, Dünya Sağlık Örgütü'nün 2006 yılında yayımladığı bir raporda belirtilen aşağıdaki tanımda karar kılımışlar:

“İnsan olmanın bir ömür boyunca ana unsurlarından birini oluşturan cinsellik, cinsiyeti, toplumsal cinsiyet kimliklerini ve rollerini, cinsel yönelimi, erotizmi, zevki, yakınlığı ve üremeyi kapsar. Cinselliğin yaşanması ve ifade edilmesinde düşünceler, fanteziler, arzular, inançlar, tutumlar, değerler, davranışlar, uygulamalar, roller ve ilişkiler etkili olur. Cinsellik tüm bu unsurları içerebileceği gibi, her bir unsur mutlaka yaşanacak veya ifade edilecek diye bir şey yoktur. Biyolojik, psikolojik, toplumsal, ekonomik, siyasi, kültürel, ahlaki, hukuki, tarihsel, dini ve manevi unsurların hepsi cinselliği etkiler.”

# CİSEL HAKLARIMIZ NELERDİR?

Tüm cinsel haklar esasında insan haklarının birer uzantısıdır. Cinsel haklarımızın ne olduğuna dair uluslararası örgütlerin çeşitli açıklamaları ve bildirgeleri var. Örneğin yukarıda bahsedilen, Dünya Sağlık Örgütü aracılığıyla toplanan uzmanların benimsediği cinsel haklar şunlar:

Cinsel haklar, ulusal yasalarda, uluslararası insan hakları belgelerinde ve fikir birliği sağlanan başka beyanatlarda tanımlanan insan haklarını kapsar. Bütün insanların zorlama, ayrımcılık ve şiddete uğramadan,

1. Cinsel sağlık ve üreme sağlığı hizmetleri dahil olmak üzere en yüksek standarttaki cinsel sağlık hizmetlerine ulaşma,
2. Cinselliğe ilişkin bilgiyi arama, edinme ve yayma,
3. Cinsellik eğitimi alma,
4. Bedensel bütünlüğe saygı gösterilmesi,
5. Cinselliği yaşayacakları kişiyi seçme,
6. Cinselliği yaşama veya yaşamama kararını verme,
7. Karşılıklı rızaya dayalı cinsel ilişki yaşama,
8. Karşılıklı rızaya dayalı evlilik yapma,
9. Çocuk sahibi olup olmamaya ve ne zaman olacaklarına karar verme,
10. Tatmin edici, güvenli ve zevkli bir cinsel hayat yaşama hakları vardır.

Dünya Sağlık Örgütü'nün 2002 ve 2004larındaki toplantılarında belirlenen, daha sonra dünya çapında uluslararası uzmanların katkılarıyla son hali verilmiş 2006 yılında raporlaşan bir metinden alıntılanıp Türkçeye çevrilmiştir. Cinsel Sağlığı Tanımlamak (Defining Sexual Health), Dünya Sağlık Örgütü. İngilizce. [http://www.who.int/reproductivehealth/publications/sexual\\_health/defining\\_sexual\\_health.pdf](http://www.who.int/reproductivehealth/publications/sexual_health/defining_sexual_health.pdf)



Cinsel hakların cinsellikle ilgili insan hakları olduğunu ifade eden **Uluslararası Aile Planlaması Federasyonu**'nun 2008 yılında kabul ettiği **Cinsel Haklar Bildirgesi\*** ise şu haklara dikkat çeker:

1. Eşitlik, kanunlardan eşit olarak faydalananma ve cinsiyet, cinsellik veya toplumsal cinsiyete dayalı hiçbir ayrımcılığa uğramama hakkı.
2. Cinsiyet, cinsellik veya toplumsal cinsiyetten bağımsız olarak her insanın yaşama katılma hakkı.
3. Kişinin yaşamının, özgürlüğünün ve bedensel bütünlüğünün güvende olması hakkı.
4. Özel yaşamın gizliliği hakkı.
5. Hukuk karşısında kişisel olarak bağımsız olma ve tanınma hakkı.
6. Düşünce, kanı ve ifade özgürlüğü hakkı; örgütlenme hakkı.
7. Sağlıklı olma ve bilimsel ilerlemelerin faydalalarından yararlanma hakkı.
8. Eğitim ve bilgiye ulaşma hakkı.
9. Evlenip evlenmemeyi, bir aile kurup planlamayı, çocuk yapıp yapmamayı seçme, nasıl ve ne zaman çocuk sahibi olacağına karar verme hakkı.
10. Hesap sorulabilirlik ve gerektiğinde tazmin edilme hakkı.

\* Uluslararası Aile Planlaması Federasyonu'nun 2008 yılında kabul ettiği Cinsel Haklar Bildirgesi'nden alınıp Türkçeye çevrilmiştir.  
Adres: <http://ippf.org/resources/publications/sexual-rights-ippf-declaration> (İngilizce)

Dünya Cinsel Sağlık Örgütü ise 1999 yılında ilk Cinsel Haklar Bildirgesi'ni yayımladıktan 15 yıl sonra, 2014 yılında metni gözden geçirip geliştirdi ve yeniden yayımladı. 1999 tarihli metinde de yer alan cinselliğe dair temel haklar ve sağlıklı cinselliğe ilişkin gereksinimlerin yanı sıra, 2014 tarihli metinde ayrıca cinsellikle ilgili siyasi haklara da yer verildi.

**Dünya Cinsel Sağlık Örgütü'nün 2014 yılında gözden geçirip kabul ettiği Cinsel Haklar Bildirgesi\*** de şöyle:

### ■ 1. Eşitlik hakkı ve ayrımcılığa maruz kalmama hakkı

Irk, köken, renk, cinsiyet, dil, din, siyasi veya farklı görüş, milli veya sosyal köken, ikamet yeri, mal edinimi, doğum, bedensel engellilik, yaş, uyruk, evlilik ve aile durumu, cinsel yönelim, cinsel kimlik ve cinsel kimliğin ifadesi, sağlık durumu, ekonomik ve sosyal konum ve diğer durumlar gibi hiçbir ayrılmaksızın tüm insanlar bu bildirgede yer alan cinsel haklardan faydalananma hakkına sahiptir.

### ■ 2. Kişinin yaşama, özgürlük ve güvenlik hakkı

Herkes, yaşam, özgürlük ve güvenlik hakkına sahiptir. Bu haklar cinsellikle bağlantılı olarak keyfi bir biçimde tehdit edilemez, kısıtlanamaz ya da insanlar bu haklardan mahrum edilemez. Bu haklar arasında; cinsel yönelim, karşılıklı rızayla yapılan cinsel davranışlar ve uygulamalar, cinsel kimlik ve ifade veya cinsellik ve üreme sağlığıyla ilgili hizmet sağlamak ve hizmet almak da bulunmaktadır.

### ■ 3. Özerklik ve bedensel bütünlük hakkı

Herkesin, kendi vücutuyla, kendi vücut bütünlüğüyle ve cinselliğiyle ilgili konularda özgürce karar verme ve kontrol hakkı vardır. Bunlar arasında diğerlerinin haklarını gözeterek cinsel davranışların, uygulamaların, partnerlerin ve ilişkilerin seçimi de yer almaktadır. Her türlü cinsellikle ilgili test, müdahale, tedavi, ameliyat veya araştırma öncesinde özgür ve bilgilendirilmiş onay alınmasını gerektirmektedir.

### ■ 4. İşkenceye ve acımasızca, insanlık dışı veya aşağılayıcı davranış ve cezalandırmalara maruz kalmama hakkı

Hiç kimseye işkence ve acımasızca, insanlık dışı ve aşağılayıcı davranışlar yapılamaz. Bunların içinde insan vücuduna ve bütünlüğe zararlı geleneksel uygulamalar; baskıyla kısırlaştırma, zorla doğum kontrolü veya kürtaj vardır; ya da kişinin cinsiyetine, cinsel kimliğine, cinsel eğilimine, cinsel ifadesine, bedensel farklılıklarına dayanarak hiç kimseye farklı işkence biçimleri, vahşi, insanlık dışı davranış yapılamaz.

\* Cinsel Haklar Bildirgesi'nin resmi tercumesidir. Çeviren Irmak Dedecan, son okuma Ümit Sayın ve Levent Kartal (Cinsel Sağlık Eğitim Araştırma ve Tedavi Derneği). Metnin tamamı için adres: <http://www.worldsexology.org/wp-content/uploads/2014/10/DSR-Turkish.pdf>

## ■ 5. Her türlü şiddet ve baskından özgür olma hakkı

Hiç kimseye cinsellikle ilgili veya cinsel içerikli şiddet ve baskı uygulanamaz. Bu madde; tecavüz, cinsel istismar, cinsel taciz, cinsel zorbalık, cinsel sömürü ve kölelik, cinsel sömürü amaçlı insan ticareti, bekâret testi ve algılanan veya gerçekte var olan cinsel uygulamalar, cinsel yönelimler, cinsel kimlik ve cinsel tercih ve bedensel farklılıklar sebebiyle işlenen şiddet dâhil olmak üzere cinsellikle ilgili tüm şiddet ve baskıları içerir.

## ■ 6. Gizlilik ve Özel Hayat Hakkı

Herkesin, cinsel yaştısıyla, cinselliğiyle ilgili ve kendi vücudu ve onamına dayalı cinsel ilişkileri ve uygulamaları yapma konusunda, rastgele müdahale edilmeden ve özeline girilmeden, gizlilik ve özel hayat hakkı vardır. Buna cinsellikle ilgili kişisel bilgilerin açıklanmasını kontrol etme hakkı da dâhildir.

## ■ 7. Haz verici, tatminkâr ve güvenli cinsel deneyim sağlanması amacıyla, cinsel sağlık dâhil olmak üzere, ulaşılabilecek en yüksek sağlık standardına sahip olma hakkı

Herkesin, haz verici, tatminkâr ve güvenli cinsel deneyimler dâhil olmak üzere, cinsellikle ilgili her türlü en üst seviyede sağlık ve refah hakkı vardır. Bu hak, kaliteli sağlık hizmetinin sağlanması, erişilebilirliğini ve kabul görmesini ve cinsel sağlık da dâhil olmak üzere, her türlü sağlıklılığı etkileyen koşullara sahip olunmasını ve ulaşılabilmesini gerektirir.

## ■ 8. Bilimsel gelişmelerin ve bunların uygulama alanlarından yararlanma hakkı

Herkesin, bilimsel gelişmelerin sonuçlarından ve bunların uygulama alanlarından yararlanma hakkı vardır.

## ■ 9. Bilgilendirme ve bilgilendirilme hakkı

Herkesin, cinsellikle ilgili bilimsel olarak doğrulanmış ve kanıtlanmış ve anlaşılabilir bilimsel bilgiye ulaşabilme hakkı vardır. Bu tür bilimsel bilgiler keyfi olarak sansürlenmemeli, gizlenmemeli veya bilinçli olarak yanlış lanse edilmemelidir.

## ■ 10. Eğitim ve kapsamlı cinsel eğitim hakkı

Herkesin, eğitim ve cinsellik eğitimi konusunda kapsamlı olarak bilgilendirilme hakkı vardır. Kapsamlı cinsel eğitim yaşa uygun, bilimsel olarak doğru ve kanıtlanmış, kültürle tutarlı ve insan haklarına, cinsel kimlik eşitliğine uygun ve cinselliğe ve haz dolu bir cinsel yaştıyla pozitif bir yaklaşım biçiminde şekillendirilmelidir.



## ■ 11. Eşitliğe ve bağımsız, tam onama dayalı evlilik ve benzeri türde ilişkilere girme, sürdürme ve bitirme hakkı

Herkesin, evliliğe, birlikteliğe, ortaklığa veya benzeri tarzdaki ilişkilere tam ve özgür rızasıyla girip girmeme veya evlenip evlenmemeyi seçme hakkı vardır. Tüm insanlar evlilik, birlikte yaşama, ortaklık ve benzeri tarzdaki ilişkilere girerken, sürdürürken veya bitirirken, herhangi bir ayrımcılığa ve dışlanmaya maruz kalmadan, eşit haklara sahiplerdir. Bu hak, bahsi geçen ilişkilerin biçiminden bağımsız olarak, sosyal refah ve diğer kazanımlardan eşit şekilde yararlanmaları gerektiğini de kapsar.

## ■ 12. Çocuk sahibi olup olmama, kaç çocuk yapacağına ve bu doğumlar arasındaki süreye karar verme ve buna yönelik gerekli bilgi ve imkâna sahip olma hakkı

Herkesin, çocuk sahibi olup, olmama ve kaç çocuk yapacağına ve bu doğumlar arasındaki süreye karar verme hakkı vardır. Bu hakkın kullanılması sağlığı ve refahı etkileyen tüm koşullara ulaşabilmeyi de gerektirir; hamilelik, doğum kontrolü, doğurganlık, gebelik sonlandırma veya kurtaj ve evlat edinmeyle ilgili sağlık ve üreme sağlığı kurumları bu kapsam içindedir.

## ■ 13. Düşünce, fikir ve ifade özgürlüğü hakkı

Herkesin, cinsellikle ilgili düşünce, fikir ve ifade özgürlüğü hakkı vardır. Herkesin, diğerlerinin haklarını da gözeterek kendi cinselliğini, örneğin görüntü, iletişim ve davranış yoluyla ifade etme hakkı vardır.

## ■ 14. Barışçı toplantı, iletişim ve dernek kurma özgürlüğü hakkı

Herkesin, cinsellik, cinsel sağlık ve cinsel haklarla ilgili olanlar da dâhil, barışçıl bir şekilde organizasyon yapmak, iletişim kurmak, dernekleşmek, toplantı yapmak, gösteri ve protesto yapmak ve savunma yapmak hakkı vardır.

## ■ 15. Kamusal alanda ve siyasi yaşamda yer alma hakkı

Herkesin, sivil, ekonomik, sosyal, kültürel, politik ve yerel, ulusal, bölgesel ve uluslararası düzeylerde insan yaşamının diğer boyutlarına olumlu katkıda bulunması olası bir çevreye, topluluğa ya da ortama aktif, özgür ve anlamlı, tutarlı bir şekilde katılma hakkı vardır. Özellikle, tüm insanların, cinsellik ve cinsel sağlık da dâhil olmak üzere, kendi refahlarını belirleyen politikaların geliştirilmesi ve uygulanmasında bizzat yer alma hakkı vardır.

## ■ 16. Adalet, sağaltım ve tazmin edilme hakkı

Herkesin, cinsel haklarının ihlaline yönelik adalet, sağaltım ve tazmin edilme hakkı vardır. Bu hak; etkili, yeterli, erişilebilir ve uygun eğitimsel, yasal, yargısal ve diğer ölçütleri gerektirmektedir. Bu sağaltım ve iyileştirme; verilen zararın karşılaması, zararın ödenmesi, rehabilitasyon, kefalet ödemesi ve tekrarlanmazlığın hukuken garantilenmesi yoluyla tazminatı kapsamaktadır.

Bu örgütlerin hazırladığı metinlerin cinsellik konusuna oldukça kapsamlı yaklaştıkları söylenebilir; hepsi de insan olarak çok önemli haklarımızın altını çiziyor. Ama kadınlar olarak cinselliğe ilişkin yaşadığımız pek çok olay ve deneyim, bize özel bazı hakları ifade etmemizi gerektiriyor. Peki, nedir kadınların cinsellik konusundaki insan hakları?

## KADININ CİNSELLİK KONUSUNDAKİ İNSAN HAKLARI\*



- Cinsellik ve doğurganlıkla ilgili kaliteli sağlık hizmetlerinden yararlanmak ve doğru bilgilere ulaşmak her kadının hakkıdır.
- Kadının, bedenini ve cinsel organlarını tanıtmaya ve sevmeye hakkı vardır. Cinsiyet ayrımcılığı içermeyen cinsellik eğitimi almak da bir haktır.
- Kadının şefkat ve cinsel ilişki istemeye hakkı vardır. Cinsel dürtü ve arzuların tatmin edilmesi isteği, her insanda olan doğal bir gereksinimdir.
- Kadınların orgazm olmaya hakları vardır. Orgazm insanın zevk alma hakkının bir parçasıdır.
- Her kadının cinsel yönelimi çerçevesinde cinsellik yaşayacağı kişiyi seçme ve bu süreçte onu tanıma hakkı vardır. Cinselliği yaşayacağı kişi ile ilişkisini nasıl ve hangi koşullarda yürüteceğine, cinsel ilişkiye girip girmeyeceğine özgür iradesi doğrultusunda ve karşılıklı iletişim içerisinde karar vermek, her kadının hakkıdır.
- Her kadın istediği zaman cinsellik yaşadığı ilişkisini bitirme hakkına sahiptir.
- Evlenmek ya da evlenmemek her kadının kendi özgür iradesiyle vereceği bir karardır. Her kadın kendi seçtiği ve istediği kişiyle evlenme hakkına sahiptir.
- Medeni durumları ne olursa olsun, kadınların cinselliklerini yaşamaya hakları vardır. Evli, bekâr, yaşılı ya da genç her kadının yalnız ya da biriyle beraber cinsel hayat yaşamaya hakkı vardır.
- Güvenli, zevkli ve tatminkâr bir cinsel yaşama sahip olmak her kadının hakkıdır.

- Her cinsel ilişki hamilelikle sonuçlanması zorunda değildir. Hamile kalmak isteyen ya da istemeyen her kadının cinselliğini yaşamaya hakkı vardır.
- Çocuk yapmak ya da yapmamak her kadının kendi özgür seçimine bağlıdır. Çocuk yapmak isteyen her kadın, ne zaman ve kaç çocuk doğuracağına karar verme hakkına sahiptir. Buna bağlı olarak doğum kontrol yöntemlerine ve gerektiği takdirde güvenli kurtaj olanaklarına erişme hakkına da sahiptir.
- Her kadının kendisine en uygun doğum kontrol yöntemini seçmeye ve kullanmaya hakkı vardır. Aile planlaması için tek seçenek kadının bedeni değildir. Kadının ilişkide olduğu kişiden de doğum kontrol yöntemi kullanmasını isteme hakkı vardır.
- Kadının bedeni ve cinselliği sadece kendisine aittir. Bir kadının veya kız çocuğunun bedensel ve cinsel bütünlüğüne müdahale etmeye hiç kimsenin hakkı yoktur.
- Her kadın ve kız çocuğu, bir insan ve bir kadın olarak saygı görmeyi hak eder. Kadınlar, bedenimizi ve cinselliğimizi küçük düşüren sözleri ve davranışları ortadan kaldırmak için mücadele etmektedir. Bu mücadele bir nesne ya da mal değil, insan olarak kabul edilmek için verilen mücadeledir.
- Her kadının, cinsel birleşmenin dışında da cinsellikten zevk almaya hakkı vardır. Öpülmek, okşanmak ve duygusallık da zevk uyandıracak şeylerdir. Kadınların, cinsel birleşmeye girmeden de bunları yaşamaya ve yarattığı hazdan zevk almaya hakları vardır.
- Kadının cinselliğini YAŞAMAMAYA da hakkı vardır. Cinselliğini yaşayıp yaşamayacağına kadın kendisi karar verir, bu onun özgür seçimine bağlıdır.\*



\* Kadın Sağlığı Dergisi'nden (Women's Health Journal) Türkçeye tercüme edilerek uyarlanmıştır. Latin American and Caribbean Women's Health Network / Isis International, Santiago, Chile, No: 2/1995, s: 39.

# CİNSELLİĞİMİZ VE BEDENİMİZ BİZİMDİR\*

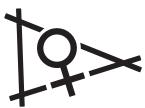
Dünyada kadın hareketleri yasal değişiklikler için çalışmaya genellikle ülkelerinde mevcut olan medeni kanundan başlar. Oysa ceza kanunları da kadın cinselliğini biçimlendiren sistemlerdendir. Örneğin Türkiye'de 2005 yılına kadar geçerli olan ceza kanununda kadınların bedenleri ve cinsellikleri kendilerine değil, babalarına, eşlerine, hatta topluma ait görülmüyordu. Kadınlara karşı bir suç işlendiğinde verilen ceza suça göre değil, kadının evli veya bekâr olmasına, bâkire olup olmamasına göre değişiyordu. Tecavüze uğramış bekâr bir kadın tecavüzcüsüyle evlenirse (evlendirilirse), tecavüzcü ceza almıyordu. Bu nedenle Türkiye'deki kadın hareketlerinin yoğun çabasıyla gerçekleşen Türk Ceza Kanunu (TCK) reformu çok önemli. Kanun, kadınların cinselliğinin ve bedenlerinin kendilerine ait olduğunu teyit edecek şekilde değiştirildi. Bu tür kazanımlar kendi kendine olmuyor. 2005 yılında yürürlüğe giren TCK'deki haklara kadınlar büyük ve zorlu bir mücadele vererek ulaştılar.

Bu mücadelenin ilk adımı olarak, örgütlü çabalarla Türkiye'nin dört bir yanında değişik şehir ve köylerde yaşayan farklı kesimlerden binlerce kadın, 2002 yılında "Cinselliğimiz ve bedenimiz bizimdir" diyerek biraraya geldi.

Cinsel ve bedensel haklarımızın yasalar tarafından tanınması için örgütlü kadın hareketinin başlattığı **Kadın Bakış Açısından Türk Ceza Kanunu Reformu Kampanyası** ile kadınlar üç yıl boyunca bu gerçeği haykırdı. Türkiye'de kadınların cinsel hakları için gerçekleştirdikleri ilk kampanya olan bu mücadele, kadın hareketinin en uzun kampanyası oldu.



\* Türk Ceza Kanunu hakkında daha ayrıntılı bilgi için Kadının İnsan Hakları Derneği tarafından hazırlanan *Haklarımız Var!* kitapçığına bakınız. Fotoğraflar için Filmmor Kadın Kooperatifi'ne teşekkür ederiz.



İlk kez cinsel hakları için Türkiye Büyük Millet Meclisi'ne (TBMM) yürüyen kadınlar, seslerini öyle güçlü ve örgütlü biçimde yükseltti ki kanunda devrim niteliğinde bir reform yapıldı.

Yeni Türk Ceza Kanunu, Eylül 2004'te TBMM tarafından kabul edildi.

**Kampanya sayesinde kadınların bedenlerinin ve cinselliklerinin sadece kendilerine ait olduğu gerçeği yasal olarak da kabul edildi.**

**Hiç kimsenin bizim isteğimiz olmadan bedenimize veya cinselliğimize yönelik herhangi bir davranışta bulunmaya hakkı yoktur.**

Tecavüz, cinsel taciz, evlilik içi tecavüz, çocukların cinsel istismarı, kaçırma, zorla alikoyma, namus adına gerçekleştirilen saldırı ve cinayetler, zorla evlendirme ve bekâret kontrolleri **cinsel suçtur**. TCK, çoğunlukla kadınlara karşı işlenen bu cinsel suçlara ağır cezalar verir.

Bizimki gibi erkeklerin egemen olduğu toplumlarda, kadınların cinselliğini baskı altında tutup kontrol etmek için "namus, edep, töre" gibi kavamlar kullanılır. Ama ceza kanunumuzda bu tür kavamlar yok. Çünkü bunlar kadınlara karşı işlenen suçları açıklamak için bir sebep olamaz. Cinsel suçlara verilen cezalar "namus" gibi bahanelerle hafifletilmez; çünkü:

**Şu anda yürürlükte olan Türk Ceza Kanunu, cinsel ve bedensel hak ve özgürlüklerimizi koruyor!**



# BEDENİMİZ, CİSEL ORGANLARIMIZ VE İŞLEVLERİ

Cinsel organlarımız, diğer organlarımız gibi vücutumuzun önemli bir parçasıdır. Bedenimizle barışık, sağlıklı bir yaşam için cinsel organımızı tanımadan önemlidir. Bunun için bir ayna yardımı ile cinsel organımızı inceleyerek ilk adımı atabiliriz.

Çoğuımız cinsellik söz konusu olduğunda, pek çok kelime duyuyor ancak anlamlarını tam olarak bilmiyoruz. İşte bunlardan bazıları:

## ■ VULVA (FERÇ):

Cinsel organların dışarıdan görünen bölümüne vulva (ferç) denir. Vulvanın dış tarafını venüs tepesi ve dış dudaklar oluşturur. Bu kısım yetişkin bir kadında kıllarla kaplıdır.

Vulvanın içindeki klitoris çevreleyen iç dudaklar vajina ağzına kadar uzanır. İç dudaklar cinsel uyarılma sırasında şişer.



## VAJİNA (HAZNE):

Halk arasında "hazne" olarak bilinen vajina, kadının rahmine giden, ilişki sırasında penisin (erkeklik organının) yerleştiği bölgedir. Pek çok kadın idrar deliği ve vajinanın aynı şey olduğunu düşünür. Oysa ikisi ayrı işlevleri olan farklı organlardır. İdrar deliği boşaltım içindir; vajina ise bir cinsel organdır.

Bu cinsel organımızı erkekler, ağza almaya çekindiğimiz bir küfür olarak kullanır. Aslında cinsel organımızın adı olan bir kelimenin bir küfüre dönüştürülmesi kadın cinselliğine yapılan saldırılardan biridir, cinsel organlarımızdan utanmamızın bir nedenidir.



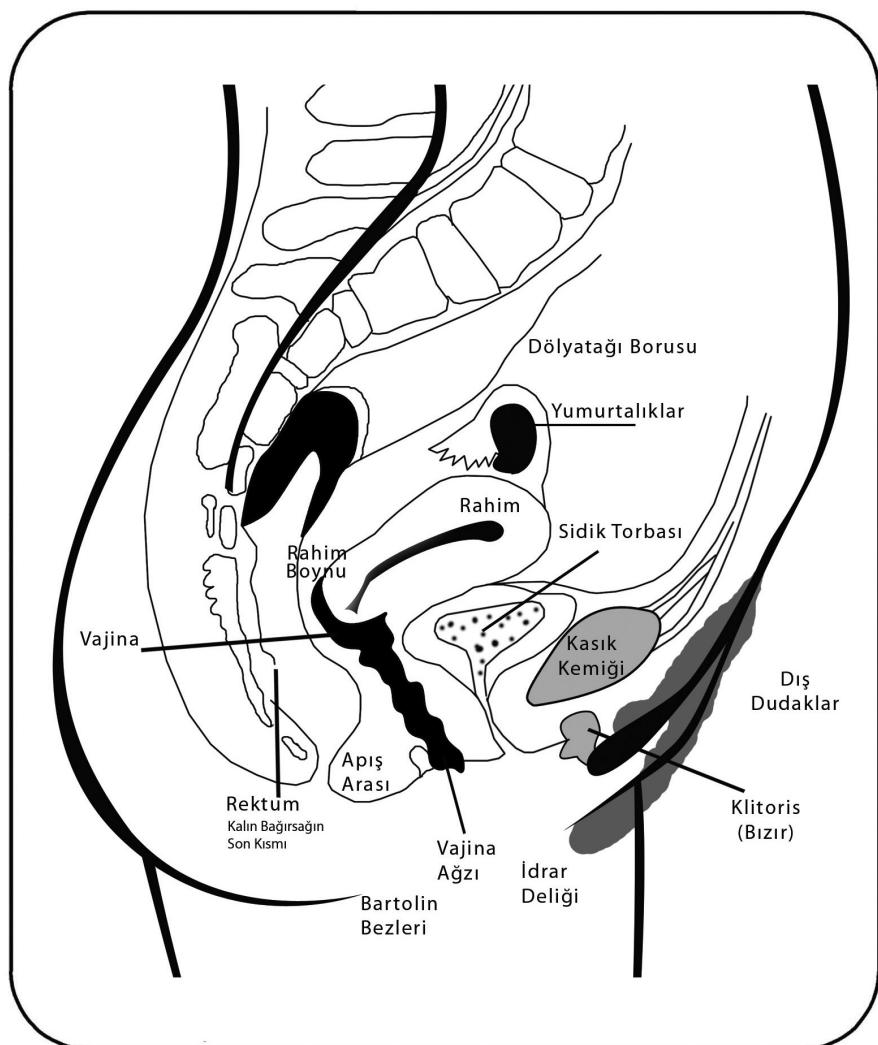
## HİMEN:

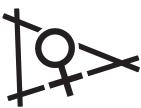
Ülkemizde “bekâret zarı” veya “kızlık zarı” adı verilen himen, vajina girişinin 1-1,5 santim içinde yer alan yarı esnek, ince bir yapıdır. Bilinen hiçbir işlevi yoktur. Himenin yapısı her kadında farklıdır. En sık görülen şekliyle, ortasında bir delik vardır. Bazılarında birden fazla sayıda delik vardır.

Bazı himenlerde bu delik o kadar büyütür ki muayene sırasında zar hiç yok sanılabilir. Hiç deliği olmayan bir himene çok ender rastlanır. Delik olmazsa, âdet kanaması vajinadan dışarı atılamaz ve kadın çok ağrı duymasına rağmen âdet göremez. Bu durumda ameliyatla himende delik açılması ve kanın boşalması sağlanmalıdır.

Cinsel ilişki sırasında kanama olup olmaması bir kadının daha önce ilişkiye girip girmedğini göstermez. Himen aşırı esnekse veya üzerinde az sayıda damar varsa kanama olmayacağı bilinmemektedir. Bazı himenlerde ise delik kapanabilir ve kanama tekrarlanabilir.

## KADININ CİSEL VE ÜREME ORGANLARININ ŞEMASI (YANDAN GÖRÜNÜM)





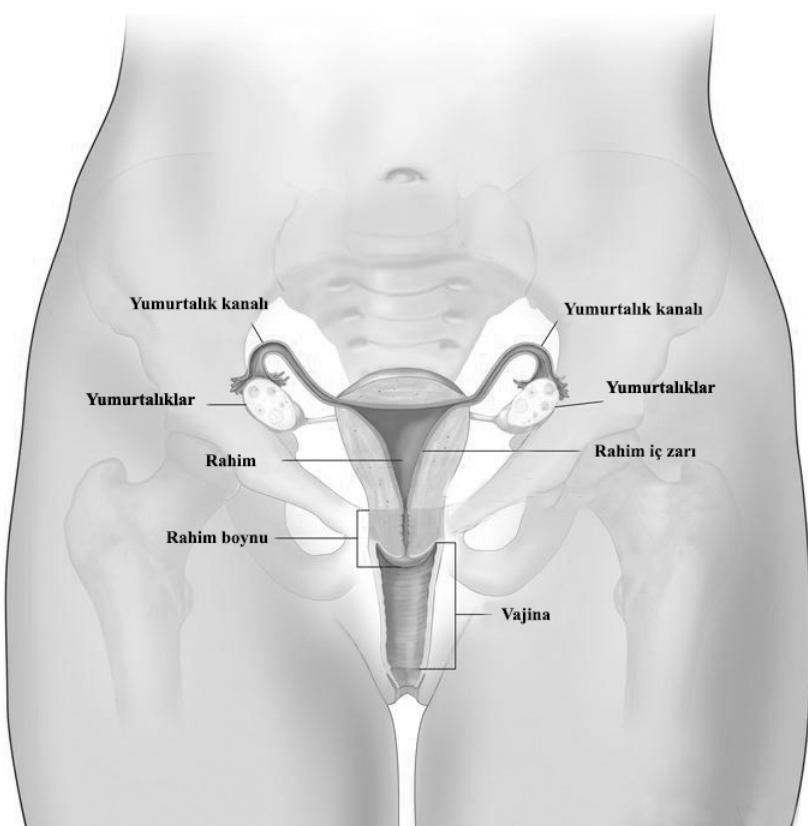
## ■ KLİTORİS (BİZİR):

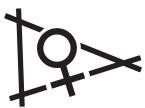
Cinsel organımızın en üst tarafında, dış dudakların birleştiği noktanın hemen altında nohut büyüklüğünde ufacık bir dokudur. Kadının orgasm olması büyük ölçüde klitorisin uyarılmasına bağlıdır. Sevişme sırasında kadının üstte olması klitorisin uyarılmasını ve orgazma ulaşmayı kolaylaştırır. Ancak kadının alabileceği cinsel zevk klitorisle sınırlı değildir. Kadın bedeninin hemen hemen tamamı (omuzlar, boyun, göğüsler) cinsel olarak uyarılabilir.



## ■ ORGAZM:

Cinsel ilişkide cinsel hazzın doruğa ulaşıp bedenin boşalmasıdır. Kadın orgasmi klitorisin uyarılmasıyla buradaki sinirlerde ve kılcal damarlarda başlar. Dalga dalga hissedilen zevk ve sıcaklık duygularıyla başlayıp, vajina, anüs ve idrar deliği etrafındaki kasların ritmik kasılmasıyla üç noktaya ulaşır. Ancak her cinsel ilişkinin orgasmla sonuçlanması şart değildir. Kadın orgasmu ulaşmadan da ilişkiden yoğun bir zevk alabilir; cinsellik orgasminden ibaret değildir.

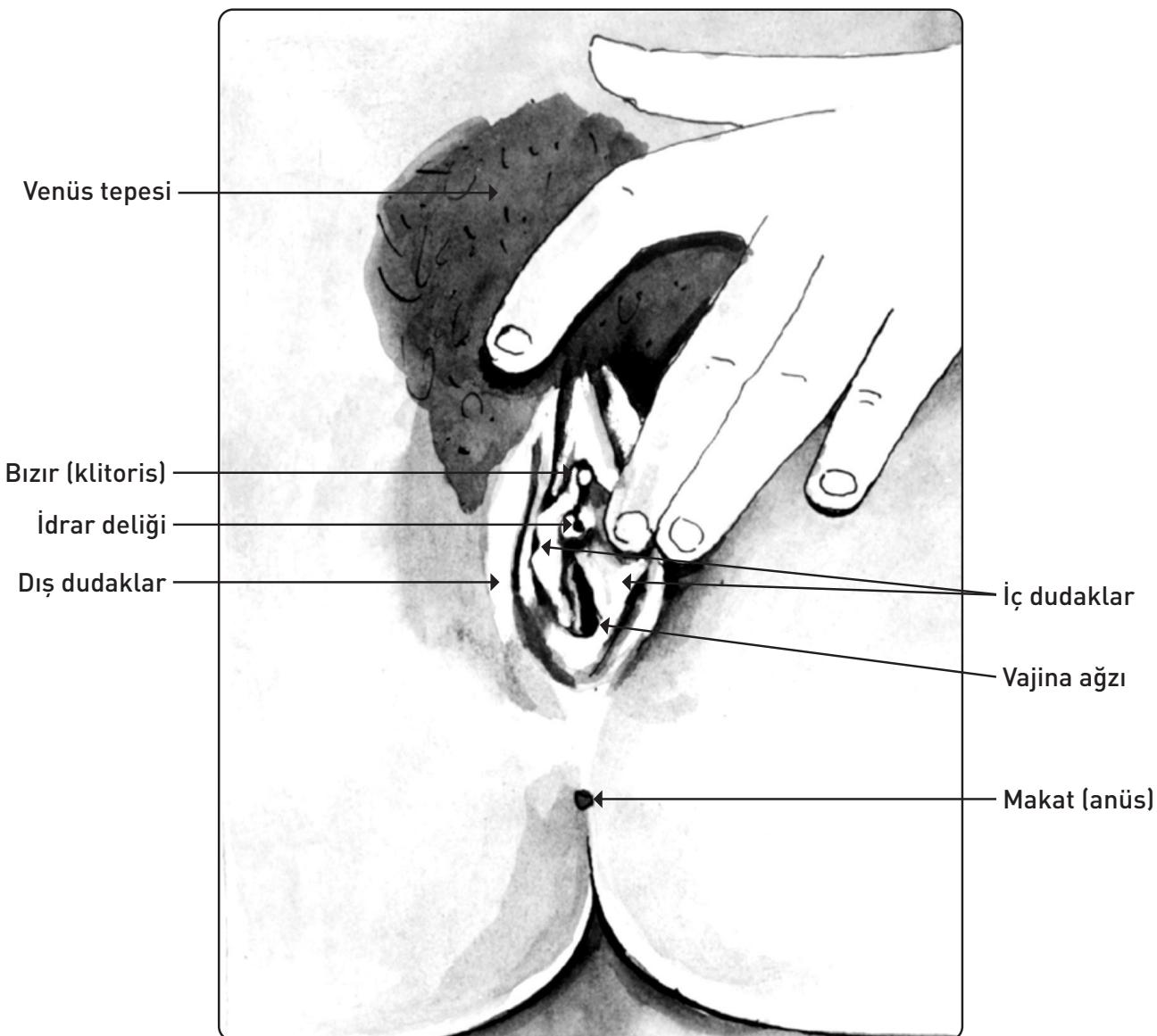




## ■ MASTÜRBASYON (KENDİ KENDİNİ TATMİN):

Masturbasyon kişinin bedeninin duyarlı bölgelerini kendi kendine uyararak cinsel doyuma ulaşmasıdır. Her kadın bir ayna yardımıyla klitorisini ve vajinasını tanıyalabilir, masturbasyon sayesinde de duyarlı bölgelerini keşfedebilir. Toplumda masturbasyonun sağlığa zararlı olduğu inancı yaygındır, ancak bu kesinlikle doğru değildir. Masturbasyon kendi bedenimizi tanımak açısından yararlıdır. İkili cinsel ilişkiden daha çok zevk almamıza da yardımcı olur.

## ■ KADININ DIŞ CİSEL ORGANLARI VULVA (FERÇ) ŞEMASI\*



\* Çizim: Rana Mermertas

# CİNSELLİĞİMİZE İLİŞKİN YANLIŞ İNANIŞLAR VE GERÇEKLER

Erkek egemen toplumlarda kadınların cinselliklerini erkeklerden şu ya da bu şekilde farklı yaşamaları gerektiği savunulur. Erkekler için doğal sayılan birçok davranış, kadınlara yasaklanır. Toplum tarafından uydurulmuş bir takım yanlış inanışlarla, kadınların cinsel yaşamları kısıtlanır. Kadınların daima eşlerinin isteklerine karşılık vermeleri ve bunun dışında hiçbir cinsel istek veya davranışlarının olmaması beklenir.

Kadınların cinsellikleri üzerindeki kısıtlamalar aslında toplumun kadınları baskı altında tutmak için kullandığı araçlardan biridir.

Kadının cinselliğini ve cinsel haklarını yok sayan yanlış inanışlar, kadınlar ve erkekler arasında büyük bir eşitsizliğe sebep olur. Bu eşitsizlik, toplumda sağılsız bir cinsellik anlayışının yerleşmesine yol açmakta ve kadınlar kadar erkeklerin de cinselliklerini mutlu yaşamalarını engellemektedir.

İşte cinsel yaşamımızı etkileyen bazı yanlış inanışlar, yaşanmış örnekler ve gerçekler:

## YANLIŞ!

“Cinsellik bir kadınlık görevidir. Kadın kocasının her isteğine boyun eğmek zorundadır.”

Zehra ve Hüseyin üç yıldır evliydi. Evlilikleri dışarıdan iyi görünüyordu. Hüseyin hali vakti yerinde efendi bir adamdı. Ancak cinsel yaşamlarında ciddi sorunlar vardı. Zehra görüşü usulüyle çok tanımadan evlendiği Hüseyin'in dokunuşlarından mutlu olamıyor, ancak kocası sevişmek istediğiinde de çeşitli bahanelerle Hüseyin'i reddediyordu.



Hüseyin bir akşam, yemekten sonra Zehra ile sevişmek istedı. Zehra işini bahane ederek mutfağa kaçtı. Ancak Zehra'nın arkasından mutfağa giren Hüseyin sevişmek için ısrar etti. Zehra'nın tekrar hayır demesi üzerine Hüseyin evden çıktı. Zehra bu zorlamalardan şikayetçiymişti ancak bunu kocasına bir türlü söyleyemiyordu.

Kocası bu zorlayıcı tavrına devam ettikçe, Zehra'nın da isteksizliği artıyordu.

Bir gün bütün cesaretini toplayarak annesine kocasının yaptıklarını anlattı. Annesi ise bunun bir kadınlık görevi olduğunu ve kocasına itiraz etmemesini söyledi. Bu cevap üzerine Zehra derin bir ümitsizliğe kapıldı. Bazı arkadaşlarından cinsel beraberliğin kadınlar için de çok hoş olabileceğini duymuştu. Oysa kendisi mutlu bir beraberliği hayal bile edemiyordu. Ancak ne yapacağını da bilemiyordu.

Kocasından boşanmak istemiyordu. Zira evliliği iyi kötü üç yıldır devam ediyordu.

Komşusu ve yakın arkadaşı Nazan'a içini açtı. Nazan Zehra'ya bu zorlamalarla yaşamamak için bir an önce kocasıyla konuşması gerektiğini söyledi. Cinsel ilişkiye zorlanmanın kanun tarafından cezalandırılan bir suç olduğunu da anlattı. Ancak Zehra bunu eşiley nasıl konuşacağını bilmeyordu.

Nazan'ın kendi kız kardeşi de aynı şeyleri yaşamış ve sonra eşiley bir tedavi merkezine gitmişti. Karı koca burada gördükleri tedavinin sonucunda sorunlarını çözmüşlerdi. Nazan Zehra'ya o tedavi merkezinin telefonunu verdi ve araması için ısrar etti.



Zehra telefonla bilgi alıp danışma merkezine gitti. Oradaki uzman, eşiyle bu konuyu nasıl konuşabileceği konusunda Zehra'ya yol gösterdi. Hatta eşini de çağırdı. Zehra, zor da olsa sonunda Hüseyin'i merkeze gitmeye ikna etti. Birlikte bu uzmanı birkaç kez ziyaret ettikten sonra, aralarındaki sorunları yavaş yavaş birbirleriyle konuşmaya başlayabildiler.



Hüseyin Zehra'nın isteksizliğinin naz olmadığını, karısını ilişkiye zorlayamayacağını, duyarlı davranışması gerektiğini anlamaya başlamıştı. Artık eşiyle daha rahat konuşmaya başlayan ve onun kendisini dinlediğini fark eden Zehra ise ilişkide kendini daha iyi hissediyordu. Eşiyle cinsel yaşamından zevk almaya başlamıştı.

**Tecavüz**, yani kişiyi istemediği bir cinsel ilişkiye zorlamak suçtur. Saldırganın evli ejimiz olması suçu hafifletmez. Türk Ceza Kanunu'nun 102. maddesine göre; evlilikte, eşlerden birinin isteği olmadan gerçekleşen cinsel ilişki, yani Evlilik İçi Tecavüz suçtur. Cezası 2 - 12 yıl hapistir. Ayrıca Türk Medeni Kanunu'nun 162. maddesine göre “kötü ve onur kırıcı davranış” boşanma nedenidir. Evlilik içi tecavüz, kötü muameleinin kanıtı olarak kullanılabilir.

#### GERÇEK:

Cinsellik kadınlar için de erkekler için de bir görev değildir. Eşler arasında bir sevgi ifadesi ve karşılıklı bir paylaşımındır. Kadınların baskı ve zorlama olmadan cinsellikten zevk almaya hakları vardır. Resmen evli bile olsalar, erkeğin eşini istemediği bir cinsel ilişkiye zorlamaya hakkı yoktur. Gönüllülük esasına dayanan evlilik kurumunda, cinsellik de gönüllü olmalıdır. Zora dayanan cinsel ilişki ne kadını ne erkeği mutlu eder. Mutlu ve sağlıklı bir cinsel ilişki için eşler arasında iyi bir iletişim olması ve karşılıklı rızaları şarttır.



## YANLIŞ!

“Kadının cinsel arzuları yoktur; cinsel arzular erkeklerle özgürdür.”

## YA DA

“Cinsel isteksizlik gösteren kadın hastadır, frijittir, yani cinsel olarak soğuktur.”

Ayşegül, üç yıl arkadaşlık ettiği Fatih'le evleneli altı ay olmuştu. Televizyonda izlediği romantik bir filmden etkilenerek tanışma yıl dönümlerinde kocası için evde çok özel bir akşam yemeği hazırladı. Giyindi, süslendi, kocasını beklemeye başladı.



Fatih yemekten sonra televizyonun karşısına geçti. Ayşegül sofrayı topladı ve televizyonu kapatıp kocasının kucağına oturdu. Onu okşamaya başladı. Kocasıyla sevişmek istiyordu. Fatih şaşırarak “Ne oluyor sana?” dedi. Ayşegül sevişmek istediğini söyleyince karısını iterek “İyice azdın. Geçen gece de üzerime saldırdın. Anormal misin?” diye söylendi.



**Ayşegül:** “Sen sevişmek isteyince normal oluyor da, niye ben sevişmek istediğimi söylediğimde anormal oluyormuşum?” diye kocasına kızdı.

**Fatih:** “Kadınlar farklıdır, normal kadınların erkekler gibi cinsel ihtiyaçları olmaz. Hem karım değil misin? İstediğim zaman sevişirim tabii. Bırak da buna ben karar vereyim. Lütfen kendini topla ve ahlaklı bir kadın gibi davran.”

Ayşegül ağlayarak yatak odasına gitti. Gururu incinmiş, utanmıştı. Günlerce kocasıyla göz göze bile gelmek istemedi. Birkaç gün sonra yakın arkadaşları Yasemin ve Nuran'a yaşadıklarını anlattı.



**Yasemin:** "Bu erkeklerin ne istediği belli değil. Benim kocam da beni çok soğuk ve cilvesiz buluyor. İçki içip üzerime saldırdığı zaman içimde en ufak bir istek kalmıyor. Sevişmek istemiyor değilim ama o kaba hali her şeyi mahvediyor. Bir de 'sen hastasın' diye beni suçluyor."

**Nuran:** "Aman, bu erkekler de işlerine nasıl geliyorsa öyle davranışları. Sevişmek istediğini söylersin namussuzlukla suçlanırsın, istemezsın bu sefer de hasta, soğuk, frijit derler. Oysa kadının erkekten ne farkı var ki? Bazen bizim de canımız ister, bazen de istemez! Sonuçta bir insanlık hali bu! Ne yapıp edip, mutlaka onlara bunu anlatmak gereklidir."



"Ayşegül arkadaşlarından aldığı cesaretle eşini yanlış düşündüğü ve yanlış bildiği konusunda ikna etmeye karar verdi. Okuduğu bir kadın dergisinde cinsel yaşamla ilgili soruların uzmanlar tarafından cevaplandığı bir köşe vardı. Bu dergileri inceleyip, kadınların da cinsel arzuları olduğunu ve bunu ifade etmelerinin normal olduğunu anlatan

çeşitli örnekleri bir dosyada topladı. Dosyayı kocasına verdi, okumasını ve sonra da konuşmak istediğini söyledi. Fatih istemeden eline aldığı dosyayı okudukça ve Ayşegül ile bu konuyu konuştuğu yanlış düşündüğünü anlamaya başlamıştı.

### GERÇEK:

Cinsel dürtü gerek erkekler gerekse kadınlar için en temel dürtülerden biridir. Erkekler gibi kadınların da sevdığı insanı arzulamaları, onunla beraber olmak istemeleri normaldir. Ne yazık ki kadınlar toplum tarafından genelde cinselliklerini bastırmaya, arzularını ve taleplerini ifade etmemeye zorlanıyor.

Hâlbuki bir kadının cinsel arzu ve isteklerini dile getirmesi son derece doğaldır. Öte yandan her ne sebeple olursa olsun, cinsel istek duymadığı zaman bir kadının ilişkiyi reddetmesi de çok doğaldır. Kimi durumlarda kadınlar isteksizliklerini ifade ettiklerinde, eşleri tarafından "hasta, frijit olmakla" suçlanmakta ve çoğu kadın yaşadıklarını kendisinden kaynaklanan bir sorun olarak görmekte ve bundan suçluluk duymakta. Oysa herhangi bir kadının cinsel olarak isteksiz olmasının arkasında; eşini kendisinin seçmemiş olması, cinsellikle ilgili küçük yaştardan itibaren aşılan baskısı ve korkular gibi pek çok neden olabilir.

Kadının istekli ya da isteksiz olması bir rahatsızlık ya da sapkınlık belirtisi değildir. Erkekler gibi kadınlar da cinsel isteklerini ya da isteksizliklerini dilemek gibi yaşama ve ifade etme hakkına sahiptir.



KİH  
KADININ  
İNŞAN HAKLARI  
DERNEĞİ

CİNSELLİĞİMİZ VAR

CİNSELLİĞİMİZ İLİŞKİN YANLIŞ İNANIŞLAR VE GERÇEKLER

### Kadriye anlatıyor:

“Evliliğimin başında yaşadığım bir sağlık sorunu yüzünden rahmimin alınması gerekti. O güne kadar ciddi bir sorun yaşamadığım evliliğimin ilk kez sarsıldığını hissettim. Eşim ve ailesi artık benim kadın olmadığımı, boş bir tenekeden farkımın kalmadığını, eşimi mutlu edemeyeceğimi söylediler. Eşim başka bir kadınla imam nikâhlı olarak evlendirildi.

### YANLIŞ!

“Kadının cinsel arzuları yoktur; cinsel arzular erkeklerle özgürdür.”

YA DA

“Cinsel isteksizlik gösteren kadın hastadır, frijittir, yani cinsel olarak soğuktur.”



Buna dayanmam mümkün değildi.  
Boşandım. Şimdi başka biriyle evliyim.  
Severek evlendiğim bu eşimle çok güzel  
bir cinsel yaşamımız var. Rahmimin  
alınmasının cinsel yaşamımı hiç  
etkilemediğini gördüm.”





### Tuba anlatıyor:

“Evliliğim sırasında sağlıklı ve mutlu bir seks hayatım vardı. Ancak menopoza girdikten sonra bunun biteceğini düşünüp korkmuştum. Çevremden duyduklarım beni buna inandırmıştı. Yaşını başını almış kadınların da cinsel yaşamının devam etmesi beklenmez ya!

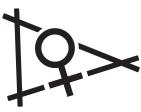
Oysa benim menopozdan sonra daha rahat bir cinsel yaşamım oldu. Çünkü artık eşim de ben de istenmeyen hamilelikten korkmuyor, korunma yöntemleriyle uğraşmıyoruz.”

### GERÇEK:

Bu iki hikâye, kadın cinselliğinin doğurganlığa yönelik bir araç olarak algılandığını gösteren örnekler. Oysa çocuk yapma amacı gütmenden de güzel bir cinsel beraberlik yaşanabilir. Çiftlerin birlikte olmalarının tek amacı çocuk yapmak değildir.

**Rahmi alınan kadınlar ya da menopoza girmiş kadınlar rahatlıkla cinsel yaşamlarına devam edebilir ve bundan zevk alabilirler. Üstelik istemeden hamile kalma tehdidi ortadan kalkınca pek çok kadın cinsellikten daha çok zevk almaya başlıyor.**

Menopozun tek etkisi kadının doğurganlık işlevinin son bulmasıdır. Aynı durum rahmi alınan kadınlar için de geçerlidir. Ayrıca yaşın ilerlemesi kadın ve erkeğin cinsel haz duymasını engellemez.



# KADINA KARŞI BİR ŞİDDET TÜRÜ: CİNSEL TACİZ

Çocukluktan itibaren hayatın her alanında karşılaştığımız cinsel taciz tehlikesi, kendi cinselliğimizden korkmamıza ve bedenimizden soğumamıza neden oluyor.

Çoğumuzun evde, işte, sokakta yaşadığı cinsel taciz, aslında bize ve bedenimize karşı işlenmiş bir şiddet eylemi ve bir suçtur.

**“8 yaşında yaşadığım bir olay beni karşı cinsten soğutmuş, babamın kucağına bile oturamaz olmuşum.”**

**Ailemle birlikte gezmeye giderken trene binmiştık. Yer olmadığı için beni bir adamın kucağına oturttular. Bende etek vardı. Adam cinsel organımı elledi. Ben kucaktan inmek istedim. Ailem olayın farkında olmadığı için biraz daha oturmamı söyledi. Utandığım için bir şey diyemiyordum. Yol boyunca yaşadığım korkuyu unutamıyorum.**

**Bu olaydan sonra erkeklerden hep kaçtım. İlk kez lisede çok yakın bir kız arkadaşma bu sırrımı anlattım. Bunu paylaşmak bile üzerinden büyük bir yükün kalkmasını sağlamıştı.**

**Arkadaşımın desteği sayesinde erkeklerle karşı duyduğum korkuyu yenmeye başladım. Eşime âşık olunca bu korkum tamamen geçti.**

**Şimdi iki çocuğum var. Onların da böyle bir taciz olayı yaşamamaları için dikkatli davranıyorum, ancak onları korkutmamaya da özen gösteriyorum.”**

Tacize uğrayan pek çok kadın bunu açıklayamıyor ve taciz edildiği için kendini suçluyor. Oysa suçlu olan tacize uğrayan değil, taciz edendir.

Kadınların bu konuda seslerini yükseltmeleri çok önemli. Çünkü suskulüğümüzü gören tacizci erkekler, cezasız kalacağını düşünerek tacize devam ediyorlar. Özellikle küçük çocuklarımızı ürkütmeden bu tehlikeye karşı uyarmamız ve tacize uğradıklarında bize söyleyebilmeleri için onların güvenini kazanmamız gereklidir.

Çocuklara bedenlerinin kendilerine ait olduğunu öğretmeli ve bedensel sınırlarını tanımları ve korumaları konusunda destek olmalıyız. Örneğin, bir çocuğu istemediği kişileri öpmeye zorlamamak onun bedensel sınırlarına saygı göstermektir. Cinsel taciz, kız çocuklar kadar erkek çocuklar için de bir tehlikedir.

Tacize uğrayan pek çok kadın bunu açıklayamıyor ve taciz edildiği için kendini suçluyor. Oysa suçlu olan tacize uğrayan değil, taciz edendir.

# HER TÜRLÜ CİNSEL TACİZ VE SALDIRIDAN KORUNMAK HAKKIMIZDIR

Bedenimiz ve cinselliğimizle barış içinde, cinsel taciz ve saldırılardan korkmadan yaşamak hakkımızdır.

Türkiye'deki kadın hareketi, cinsel ve bedensel haklarımıza Türk Ceza Kanunu (TCK) tarafından güvence altına alınmasını sağladı. Kadınlara karşı cinsel suçların işlenmesini engellemek için TCK, cinsel taciz ve saldırılara ağır cezalar verir.

Cinsel içerikli sözler, tavırlar, laf atmalar, ısrarcı bakışlar veya sarkıntılık gibi bizi cinsel yönden rahatsız eden davranışların hepsi cinsel tacizdir.

TCK'nın 105. maddesi **Cinsel Taciz** suçunu, tacize uğrayan kişinin şikayetini üzerine cezalandırır. Bu suçu işleyen kişiye 3 aydan 2 yıla kadar hapis veya para cezası verilir. Tacizin cezalandırılması için fiziksel temas olması gerekmez.

Tacizde bulunan, aynı işyerinde çalıştığımız bir kişiyse cezası daha ağır olur. İşyerinde cinsel taciz, kadının ekonomik haklarını ve özgürlüğünü tehdit eder. Bu yüzden, kadınların çalışma imkânının ve hareket özgürlüğünün kısıtlanmaması için İş Kanunu da cinsel tacizi cezalandırır.

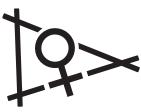
Fiziksel taciz ise TCK'nın 102. maddesine göre **Cinsel Saldırı** suçu olarak, saldırıya uğrayan kişinin şikayetini üzerine cezalandırılır. Bu suçun cezası 2 yıldan 7 yıla kadar hapistir.

Tecavüz, ağır bir cinsel saldırı suçudur ve cezası 7 yıldan 12 yıla kadar hapistir. Bir kadına cinsel saldırıda bulunan kişi, kadına evlenerek cezadan kurtulamaz.

Çocuklara yönelik her türlü cinsel davranış suçtur. Bir çocuğa yapılan cinsel taciz TCK'nın 103. maddesine göre **Çocukların Cinsel İstismarı** suçu olarak 3 yıldan 8 yıla kadar hapisle cezalandırılır.

Kadınlar zaman zaman cinselliği, erkeklerden farklı olarak korkuya iç içe yaşayabiliyor. Örneğin cinsel tacize uğramış bir kadının, bu olayı düşünüp değerlendirmeden, yaşadıklarını atlatmadan cinsellikten zevk alabilecek duruma gelmesi kolay değil. Bu durum elbette ki kadının suçu değil. Toplumda cinsel taciz, tecavüz ve cinsel şiddetin cezasız kalması, doğum kontrol yöntemlerini bilmiyor, bunlara erişemiyor veya istediğimiz gibi kullanamıyor olmamız cinsellikten özgürce keyif almamızı engelleyebiliyor.





# KADININ ÜZERİNDE BİR TOPLUM BASKISI: BEKÂRET

Evlenene kadar bâkire kalma zorunluluğu toplumumuzda pek çok kadın üzerinde baskı oluşturur. Bu baskı kadın cinselliğini kontrol etmek için kullanılır ve gerek erkekler gerekse kadınlar açısından sağılsız cinsel deneyimlere yol açabilir.

**“Evlendiğim ilk gece kayıncıdım, yengelerim ve bazı aile büyükleri odamızın önünde bekliyordu. Ne eşim, ne ben onlar kapının önünde beklerken rahat olamamıştık. İkimiz de titriyor, odanın içinde dönüp duruyorduk.**

**Yaşadığımız stresten dolayı beraber olamadık. Hiçbir şey yaşamadan büyük suçlamalara maruz kaldık. Beni apar topar doktora götürdüler. Eşim de ben de çok utanıyordu.**

**Doktor halimize çok üzüldü. Bizimle açıkça konuştu ve yardımcı oldu. Büyüklерimize bizim veremediğimiz tepkiyi verdi.**

**İnsanın sevdiği biriyle, çevre baskısı olmadan baş başa kalması ne hoş, ne güzelmiş meğer...”**



Evliliğin ilk gecesinde kadının bekâretini, erkeğinse erkekliğini kanıtlama kaygısı, mutsuz ve sıkıntılı bir başlangıç yapmalarına neden olabilir. Evlenmeden cinsel ilişkiye girerse degersizleşeceğini düşünen pek çok kadın, evlilik öncesinde cinsel ilişki yaşamıyor. İlk cinsel deneyimini evlendikten sonra yaşıyor. O güne kadar kendisine aşılan korkular nedeniyle de evlilikte “ilk gece” bir kâbusa dönüşebiliyor. Kimi kadınarda cinsellikle ilgili bu tip korkular ileri boyutlara vardığında birtakım fiziksel sorumlara bile neden olabiliyor.

İlk cinsel ilişki, kadın erkek her insan için zor olabilir. İlk ilişkimizi ancak kendimizi hazır hissettiğimizde ve kendi seçtiğimiz kişiyle yaşamalıyız. Böylece, hayatımızın son derece doğal bir parçası olan cinsellikten zevk alabilir ve bu güzelliği birlikte olmayı seçtiğimiz kişiyle paylaşabiliriz. Erkekler gibi kadınların da cinsel ilişkiye girmek için evlenmeyi beklemeleri veya evli olmaları gerekmek.

# CİNSEL SORUNLAR

Cinsellikle ilgili yanlış inanışlar ve baskılar nedeniyle hem erkekler hem kadınlar cinsel sorunlarla karşılaşabiliyor. Yetişirilme tarzı, cinsel deneyim ve cinsel bilgi eksikliği, iletişim eksikliği, cinsellikle ilgili yargılar da bunda rol oynuyor. Bu utanılacak bir durum değil; ayrıca çoğu cinsel sorunun tedavisi var. Ülkemizde cinsel sorunları olan pek çok çift, bunu zaman içinde kendi aralarında halletmeye çalışır. İlk cinsel ilişkide yaşanan sorunların zamanla çözüldüğü doğrudur. Ancak bazı ciddi sorunların kendiliğinden çözülmesi çok uzun zaman alabilir, hatta bu belki hiç gerçekleşmeyebilir. Bu yüzden siz veya eşiniz cinsel sorunlar yaşıyorsanız gecikmeden bir uzmana danışın.

Kadınlarda vajinismus gibi cinsel birleşme sorunları, cinsel isteksizlik ve orgazm olamama, ağrılı cinsel ilişki, cinsel tacizden kaynaklanan psikolojik bozukluklar; erkeklerde ise sertleşme zorluğu, erken boşalma, boşalamama, hzsız boşalma gibi cinsel sorunlar görülebiliyor.

Bu sorunlar yalnızca size özgü değil. Bu nedenle en yaygın cinsel sorunların bazlarının kısaca üstünden geçelim:

## ■ VAJİNİSMUS:

Kadının üzerindeki ruhsal ve toplumsal baskılar nedeniyle ortaya çıkan, korkuya bağlı fiziksel bir sorundur. Ülkemizde çok sık rastlanan bu rahatsızlıkta, kadının cinsel organları ilişki sırasında istemeden kasılır ve bu kasılma yüzünden birleşme sağlanamaz. Tedavisi mümkünür, sorun psikolojik nedenlerden kaynaklandığı için bir psikoloğa ya da cinsel terapi merkezine başvurulmalıdır. Yaklaşık 15 gün boyunca deneyip cinsel birleşme yaşayamayan bir çiftin geç kalmadan başvuruda bulunması önemlidir.

## ■ KADINLARDA ORGAZM OLAMAMA:

Pek çok kadın yukarıda sayılan sebepler yüzünden cinsel birleşme sırasında orgazm olamayabiliyor. Kadınlar bazen bunu bir sorun olarak bile görmeyebiliyor. Çünkü toplumda asıl tatmin edilmesi gerekenin erkeğin arzuları olduğu yönünde bir önyargı var. Aslında her cinsel birleşme orgazmla sonlanmak zorunda değildir. Dokunuşlar ve okşamalar da cinsel haz verir. Ama kadın masturbasyon yaparken orgazm olabilmesine rağmen, cinsel ilişki sırasında orgazm olamıyorsa, bu eşile iletişim eksikliği, hamile kalma korkusu veya cinsel hazzı erkeklerle özgü bir şey olarak görmekten kaynaklanıyor olabilir. Ayrıca bazı hastalıklar (örneğin tiroid hastalığı) ve bazı ilaçlar (antidepresanlar) kadınların cinsel haz almasını ve orgazma ulaşmasını zorlaştırabilir.

## ■ ERKEN BOŞALMA:

Erkeğin birazdan boşalacağını fark etmesine rağmen bunu kontrol edememesine, durduramamasına erken boşalma denir. Bu durum daha erkek cinsel ilişkiye girmeden, birleşmeye kalkıldığı anda veya eşiyle birleşmesinden hemen sonra gerçekleşebilir. Çok yaygın bir durumdur ve zamanla çiftin hem cinsel yaşamını, hem de cinsellik dışı yaşamını olumsuz etkiler, ilişkilerini zedeleyebilir, zamanla erkekte cinsel isteksizliğe dönüşebilir.

## ■ SERTLEŞME ZORLUĞU:

Erkek cinsel organının, cinsel birleşme sırasında yeterli sertliğe ulaşamamasına veya sertliğini koruyamamasına verilen addır. Yukarıda belirtilen genel nedenlere ek olarak alkol veya ilaç kullanımı da sertleşmeyi etkileyebilir. Ancak sertleşme zorluğunun bedensel nedenleri de olabilir. Özellikle ileri yaşıta ortaya çıkan sertleşme zorluğu, damar hastalıkları başta olmak üzere başka hastalıklardan kaynaklanıyor olabilir.

## CİNSEL SORUNLAR KONUSUNDAYA NEREYE BAŞVURABİLİRİZ?

Cinsel sorunlarla karşılaştığımızda yapılacak en doğru hareket bir terapistten destek almaktır. İstanbul'da Cinsel Eğitim Tedavi ve Araştırma Derneği'nden (CETAD) Türkiye'nin farklı bölgelerinde cinsellik konusunda çalışan terapistlerin iletişim bilgilerini alabiliyoruz (İletişim bilgileri için sayfa 31'e bakınız).

Ülkemizde cinsel danışmanlık hizmeti veren sivil toplum kuruluşları ve üniversite hastaneleri var. Örneğin İstanbul Üniversitesi Çapa Tıp Fakültesi'nin 1979'da kurulan Psikoterapi ve Psikonevroz Birimi'nde cinsel işlev bozuklıklarının tedavisi konusunda çalışmalar yürütülmüyor. Bu merkezde kadın ve erkeklerin cinsel sorunları için bireysel, çift ve grup tedavileri yapılıyor. Birimde kadınların en çok şikayet ettiği vajinismus konusunda tedavi grupları da yapılıyor, telefonla arayıp bilgi edinebilirsiniz (İletişim bilgileri için sayfa 31'e bakınız).

Cinsel sorunlar yaşayan eşcinsel kadınlar için de Kaos-GL, LAMBDA ve SPOD gibi sivil toplum kuruluşları eğitimler düzenliyor (İletişim bilgileri için sayfa 31'e bakınız).

# CİSEL VE BEDENSEL HAKLARIMLA İLGİLİ BİLGİ VE DESTEK ALMAK İÇİN NERELELERE BAŞVURABİLİRİM?

Danışmanlık ve terapi hizmeti almak için size en yakın üniversite veya devlet hastanelerinin psikiyatri bölümlerine başvurabilirsiniz.

## AİLE SAĞLIĞI ARAŞTIRMA DERNEĞİ (ASAD) - İSTANBUL

(0212) 282 01 01 - (0212) 444 65 39 - [www.ailesagligi.org](http://www.ailesagligi.org) - E-Posta: [info@ailesagligi.org](mailto:info@ailesagligi.org)

## CİSEL EĞİTİM TEDAVİ VE ARAŞTIRMA DERNEĞİ (CETAD) - İSTANBUL

(0212) 219 59 54 - (0535) 309 40 17 - [www.cetad.org.tr](http://www.cetad.org.tr) - E-posta: [info@cetad.org.tr](mailto:info@cetad.org.tr)

## CİSEL ŞİDDETLE MÜCADELE DERNEGİ - İSTANBUL

(0542) 585 39 90 - [www.cinselsiddetlemucadele.org](http://www.cinselsiddetlemucadele.org)  
E-posta: [info@cinselsiddetlemucadele.org](mailto:info@cinselsiddetlemucadele.org)

## CİSEL SAĞLIK ENSTİTÜSÜ DERNEĞİ (CİSED) - ANKARA

0 (312) 212 6626-0 (533) 234 7208 - E-Posta: [ciseddanisma@gmail.com](mailto:ciseddanisma@gmail.com)

## KAOS-GL - ANKARA

(0312) 230 03 58 - [www.kaosgl.org](http://www.kaosgl.org) - E-posta: [kaosgl@kaosgl.org](mailto:kaosgl@kaosgl.org)

## SOSYAL POLİTİKALAR CİNSİYET KİMLİĞİ VE CİSEL YÖNELİM ÇALIŞMALARI DERNEĞİ (SPOD) - İSTANBUL

(0212) 292 48 02 - [www.spod.org.tr](http://www.spod.org.tr) - E-posta: [info@spod.org.tr](mailto:info@spod.org.tr)

## TÜRKİYE AİLE SAĞLIĞI VE PLANLAMASI VAKFI (TAPV) - İSTANBUL

(0212) 257 79 41 - [www.tapv.org.tr](http://www.tapv.org.tr) - E-posta: [info@tapv.org.tr](mailto:info@tapv.org.tr)

## ALO OKEY CİSEL SAĞLIK BİLGİ HATTI

444 65 39

## CİNSELLİĞİMİZ VAR!

Kadının İnsan Hakları Derneği (KİH), Türkiye'de ve dünyada kadınların insan haklarını savunmak ve hayatı geçirmek amacıyla 1993 yılında kurulan bağımsız bir sivil toplum kuruluşudur. Adını Birleşmiş Milletler'in aynı yıl Viyana'da düzenlediği İnsan Hakları Dünya Konferansı'nda ortaya çıkan "kadın hakları insan haklarıdır" söyleminden almıştır. Dernek, kadının insan haklarının eksiksiz uygulanması ve kadınların hayatın her alanına özgür bireyler ve eşit yurttaşlar olarak katılımını desteklemek amacıyla yerel, ulusal ve uluslararası düzeylerde çalışır.

KİH, kadınlar için hak bilinci geliştirme, savunuculuk, dayanışma ağları oluşturma ve feminist bilginin yaygınlaştırılması alanlarında aralıksız sürdürdüğü çalışmaları ile ulusal ve uluslararası düzeyde tanınan saygın bir sivil toplum örgütü haline gelmiştir. Bu çalışmalarının sonucunda KİH Türkiye'de kadının insan hakları eğitiminin yaygınlaşmasına ve yasal reformların gerçekleşmesine önemli katkı sağlamış, Müslüman toplumlar arasında kapsamlı bir ağ kurmuş ve Birleşmiş Milletler'de kadının insan haklarının onde gelen savunucularından biri olmuştur. Toplumsal cinsiyet eşitliği ve sosyal adaletin gelişmesine katkılarından dolayı 1999 yılında Kalkınmada Kadın Hakları Derneği (AWID) tarafından Öncü Çözümler Ödülü'ne layık görülen KİH, 2005 yılında EKOSOK (BM Ekonomik ve Sosyal Konseyi) nezdinde Özel İstisarı Statüsü almıştır.

KİH, yasal reformlar için gerçekleştirdiği kampanyalar, kadınların cinsel, bedensel ve doğurganlık hakları için Müslüman toplumlar arasında oluşturduğu Müslüman Toplumlarda Cinsel ve Bedensel Haklar Koalisyonu (CSBR) adı altında dayanışma ağları ve yürüttüğü savunuculuk çalışmalarından dolayı, 2007 yılında Gruber Vakfı Uluslararası Kadın Hakları Ödülü'nu kazanmıştır.

Derneğin geliştirdiği ve 1995 yılından beri Türkiye genelinde 17 binin üzerinde kadına ulaşan Kadının İnsan Hakları Eğitim Programı (KİHEP), halen Türkiye ve dünyadaki en yaygın, sürdürülebilir ve kapsamlı insan hakları eğitim programlarından biri konumundadır. KİHEP 2004 yılında İnsan Haklarında Yeni Taktikler Projesi çerçevesinde, "dünyada insan hakları konusunda kullanılan en iyi taktiklerden biri" olarak seçilmiştir.

KİHEP, kadınların sahip oldukları hakları konusunda bilinclenmesini ve bu hakları kullanabilmeleri için gerekli bilgi ve becerileri kazanmasını amaçlar. Program, yerel kadın örgütlenmelerinin oluşmasına destek olur ve yerel kadın örgütleri ile belediyeler gibi kamu kurum ve kuruluşlarıyla işbirliği içinde uygulanır.

KİHEP'e 2012-2018 döneminde katılan kadınların katılımıyla gerçekleştirilen Etki Değerlendirme Araştırma Raporu sonuçlarına göre, katılımcıların %86'sı KİHEP'in yasal haklarını öğrenmeleri konusunda katkı sağladığını belirtirken, %85'i kişisel gelişim ve dönüşümlerine katkı sağladığını dile getirmiştir.

Katılımcılar arasında her 10 kadından 8'i KİHEP sayesinde birçok açıdan bireysel dönüşüm yaşadığını şu şekilde ifade etmiştir: Özgüvenim arttı (%91), kendimi daha güçlü ve donanımlı hissediyorum (%88), kendimi daha iyi ifade ediyorum (%88), toplumsal cinsiyete dayalı eşitsizlikler konusunda farkındalıkım arttı (%87) ve bu eşitsizliklerle mücadele etmeye başladım (%81), bedenimle daha barışığım (%85); kendi cinselliğim hakkında daha bilinçliyim (%84).

Kadınlar ayrıca KİHEP'in çocukları ve eşleriyle ilişkilerini iyileştirdiğini şu şekilde dile getirmiştir: Çocuklarımı toplumsal cinsiyete duyarlı bir şekilde yetiştirmeye konusundaki bilgi ve donanımım arttı (%86), çocuklarınla iletişimim iyileşti (%84), eşim/partnerimle iletişimim güçlendi (%71).

Katılımcıların %84'ü ev içi ve ev dışı kadına karşı şiddetle mücadele etme konusunda KİHEP'in olumlu katkı sağladığını belirtirken, %67'si kadın derneklerine üye veya gönüllü olduklarını; %59'u gelir karşılığında çalışma hayatına geri döndüğünü veya çalışmaya başladığını; %62'si eğitim hayatına yeniden başladığını dile getirmiştir.

### HAKLARIMIZ VAR! SERİSİ

Haklarımı Var! - Cinselliğimiz Var! - Doğurganlık Haklarımı Var! - Ekonomik Haklarımı Var!



KİH  
KADININ  
İNSAN HAKLARI  
DERNEĞİ

### KADININ İNSAN HAKLARI DERNEĞİ

Women for Women's Human Rights (WWHR)

Ağa Çırağı Sok. No: 7 Pamir Apt. Kat: 2 Daire: 7 Gümüşsuyu 34437 İstanbul, Türkiye

Tel: (212) 251 00 29 - Faks: (212) 251 00 65

E-posta: [wwhr@wwhr.org](mailto:wwhr@wwhr.org)

Web: [www.kadinininsanhaklari.org](http://www.kadinininsanhaklari.org) - [www.wwhr.org](http://www.wwhr.org)

/KadininInsanHaklari @kadinh @kadinh

ISBN: 978-605-71625-5-7