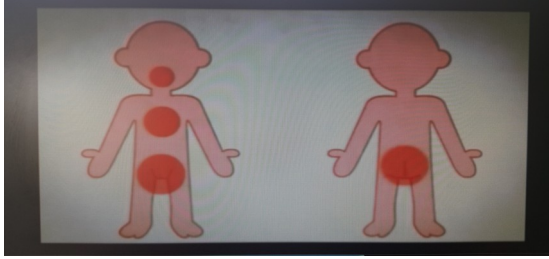


ÖZEL YERLERİMİZ

VÜCUDUMUZDA BAZI ÖZEL YERLERİMİZ BULUNUR. BİZ İZİN VERMEDİĞİMİZ SÜRECE HiÇ KİMSE BU ÖZEL YERLERİMİZE DOKUNAMAZ !



- ⇒ Buralar sizin kişisel yerleriniz. Sadece en güvenilir insanlar, kişisel yerlerimizi görebilir ve oralara dokunabilir.
- ⇒ Anneniz size banyo yaptırırken 3 kişisel yerinize dokunabilir. Yada bazı zamanlarda doktorlar sizi anne ya da babanın gözetiminde kontrol edebilirler. Bu dokunuş sizi temiz ve sağlıklı tutar. Birisi bizi sevmek ve bizle ilgilenmek için dokunduğunda buna "İyi dokunuş" diyebiliriz.
- ⇒ Eğer başkaları 3 kişisel yerinize dokunursa bu yanlıştır. Bu sizi utandırabilir, korkutabilir, berbat, rahatsız ve mutsuz hissettirebilir.



EĞER KÖTÜ BİR DOKUNUŞ YA DA BAKIŞLA KARŞILAŞIRSAN NE YAPMAN GEREKİYOR ?

-Eğer biri sizi rahatsız edecek şekilde özel yerlerinize dokunmak isterse "HAYIR" deyin ve güvendiğiniz birine söyleyin.

-Eğer biri size dokunuşlarının bir sır olduğunu söylerse, "HAYIR ! BÖYLE SIRLARI SEVMEM!" deyin.

-Eğer biri size, onların özel yerlerine dokunmadığınızı da ya da bakmadığınızda kötü bir çocuk olacağınızı söylerse "HAYIR! BUNA İNANMIYORUM!" deyin.

-Eğer biri tuhaf ya da rahatsız hissetmene neden olursa mümkün olduğunca çabuk kaçınız.

-Anne babanız ya da güvenebileceğiniz bir yetişkine söyleyiniz. Eğer zorunlu kalırsanız, biri size inanıncaya kadar insanlara söylemeye devam ediniz.

1- "HAYIR" de.

2- UZAKLAŞ, KAÇ.

3- BİRİNE ANLAT.

4- İSRARLA ANLAT.

HAZIRLAYAN

TÜRK HAVA KURUMU ORTAOKULU
REHBERLİK SERVİSİ

Psk. Dan. Şevket KEMERLİ



TÜRK HAVA KURUMU
ORTAOKULU



B E D E N İ M İ Z İ
K O R U Y A L I M

BURDUR
2018

Tel: 0248 233 88 12
Web: <http://thkortaokulu.meb.k12.tr>



BEDENİMİZİ KORUYALIM

İYİ DOKUNUŞ KÖTÜ DOKUNUŞ

ÇOCUKLAR, ÇEŞİTLİ DOKUNUŞLAR
VARDIR.

DOKUNUŞLAR DUYGULARI
PAYLAŞMAK İÇİNDİR.

İYİ DOKUNUŞ NEDİR?

İyi dokunuşlar, kendimizi iyi hissettirir.
Annemiz babamız gibi sevdiğimiz ve
güvendiğimiz insanlar bize bu şekilde
dokunur.



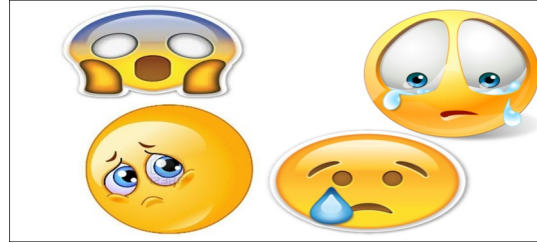
İyi dokunuş kendimizi mutlu, huzurlu
ve güvende hissettirir.

Anne babanın sana sarılması, arkadaşlarınla selamlaşman, öğretmenin sırtını sıvazlaması iyi dokunuştur. Kısacası bunlar sana kendini iyi hissettirir.



KÖTÜ DOKUNUŞ NEDİR?

Kötü dokunuşlar bize kendimizi kötü hissettirir. Hoşlanmadığımız her dokunuş kötü dokunuştur.



Kötü dokunuş kızgın, korkmuş,
utanmış ve değersiz hissettirir.

Kötü dokunuşlar yanlıştır.



- ⇒ Dokunan kişi senin kendini rahatsız hissetmene neden oluyorsa, bu kötü bir dokunmadır.
- ⇒ Dokunma seni korkutuyor ve sinirlendiriyorsa bu kötü bir dokunmadır.
- ⇒ Dokunan kişi bunu hiç kimseye söylememeni istiyorsa bu kötü bir dokunmadır.
- ⇒ Dokunan kişi bunu başkasına söylersen sana zarar vereceği tehdidinde bulunuyorsa bu kötü bir dokunmadır.
- ⇒ Böyle bir durum ne olursa olsun sizin suçunuz olamaz. Yapılan şeyden bir süre için rahatsızlık duymayabilirsiniz. Yapılan şey kısa bir süre içinde hoş duygular uyandırabilir. Bir an bundan hoşlansanız, hatta size söylenenleri bilmediğiniz bir nedenle yaparsanız dahi BU SİZİ ASLA SUÇ ORTAĞI YAPMAZ.

Hoşlanmadığın her dokunuş kötü dokunuştur. Canını acıtmasa da !

Bedenin sana aittir. Sen istemiyorsan kimse sana dokunmamalıdır.