

iyi dokunuş
kötü dokunuş

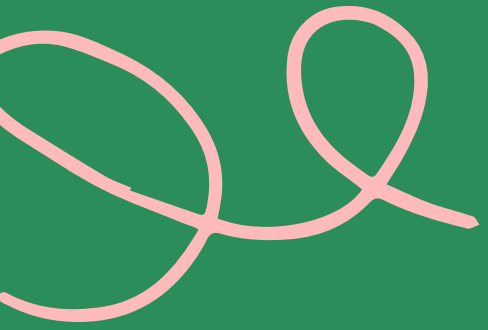
ŞEHİT TOLGA AKDAŞ İLKOKULU
REHBERLİK SERVİSİ

dokunuş?



**dokunmak
temas etmek
demektir.**

**dokunuşlar
duyguları paylaşmak için
kullanır.**



dokunuşlar ikiye ayrılır



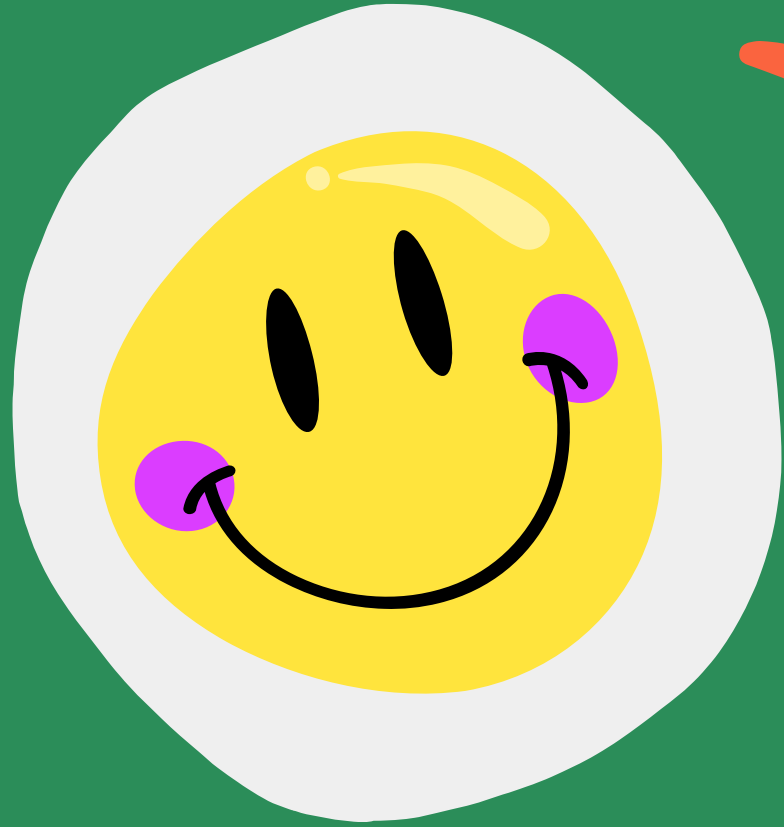
iyi dokunuşlar



kötü dokunuşlar



iyi dokunuşlar



Kendimizi iyi ve güvende hissettiren dokunuşlardır

Annemiz, babamız gibi güvendiğimiz ve sevdiğimiz kişilerin dokunuşları iyi dokunuşlardır.

sevdiğimiz birinin sarılması, öpmesi, doktorun bizi muayene etmesi, öğretmenimizin başımızı okşamaması, el ele tutuşmak

kötü dokunuşlar

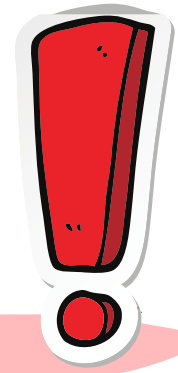


Kötü hissettiren, rahatsız eden dokunuşlardır

HOŞLANMADIĞIMIZ HER DOKUNUŞ KÖTÜ DOKUNUŞTUR!

Kızgın, korkmuş, kafası karışık, üzgün hissetmemize yol açabilir.

unutma



Eğer bir dokunuş;

-canını acıtiyorsa

-seni üzüyor, mutsuz ediyorsa

-seni korkutuyorsa

-seni rahatsız ediyorsa kötü dokunuştur



birisi size kötü
dokunduğunda

kendinizi
şöyle

hissedebilirsiniz



suçlu



şaşırmış



üzgün



korkmuş



kızmış



olanların sorumlusu sen
değilsin.
asıl suçlu sana bunu
yapan kişidir.



BEDENSEL SÖZ HAKKI

ONAY



unutma!

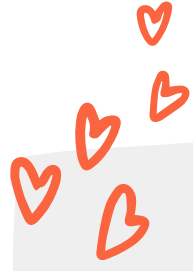


Bazı kötü dokunuşlar
«vurmak» gibi can acıtmaz.

Ama canını acıtmasa da
hoşlanmadığın her dokunuş

kötü dokunuştur.





- annenin sarılması
- arkadaşının elini tutması
- babanın iyi geceler öpücüğü vermesi
- öğretmeninin başını okşamaması



- vurmak
- tokat atmak
- zorla sarılmak öpmek
- özel bölgelerine dokunmak ya da bakmak



✧
bedenin sana
aittir!





*Kimse bu bölgelere
bakamaz
veya dokunamaz,*

*Bizler de bir
başkasının özel
bölgelerine
bakamayız ve
dokunamayız*



Özel Dokunuşlar

Bazı büyükler bir çocuğun özel
yerlerine bazı
durumlarda bakabilir ya da
dokunabilir!



kim
bu büyükler
???

anne

baba

doktor ve hemşire
(ailen yanındayken
tedavi için
ve izinle)

Bunların dışında

Vücudumuzu

kötü dokunmalara karşı

korumak zorundayız!



kötü dokunuşta bulunan kişi



bu dokunmayı kimseye
söylemememizi isteyebilir.

bunun bir sır olduğunu ve aranızda kalması
gerektiğini söyleyebilir

korkutmaya çalışabilir

hediyeler verip kandırmaya çalışabilir

BUNLARA İNANMA VE ...



ne
yapabiliriz?

NO!



yüksek sesle
HAYIR de!

çığlık at
karşı koy
sertçe ittir

ortamdan
uzaklaş
kaç

güvendiğin
bir yetişkine
söyle



“

«Güvendiğimiz yetişkinler annemiz,
babamız,
öğretmenimiz olabilir.»

Ama hepimizin güvendiği yetişkinler
farklı olabilir.»

”



*siz de güvendiğiniz
yetişkinleri düşünün ve
her zaman bu kişileri
aklınızda tutun*

Kuzenin
her zaman
sana uzun uzun ve
sıkı sıkı sarılıyor.

Hiç hoşuna
gitmiyor!

Ne yaparsın??





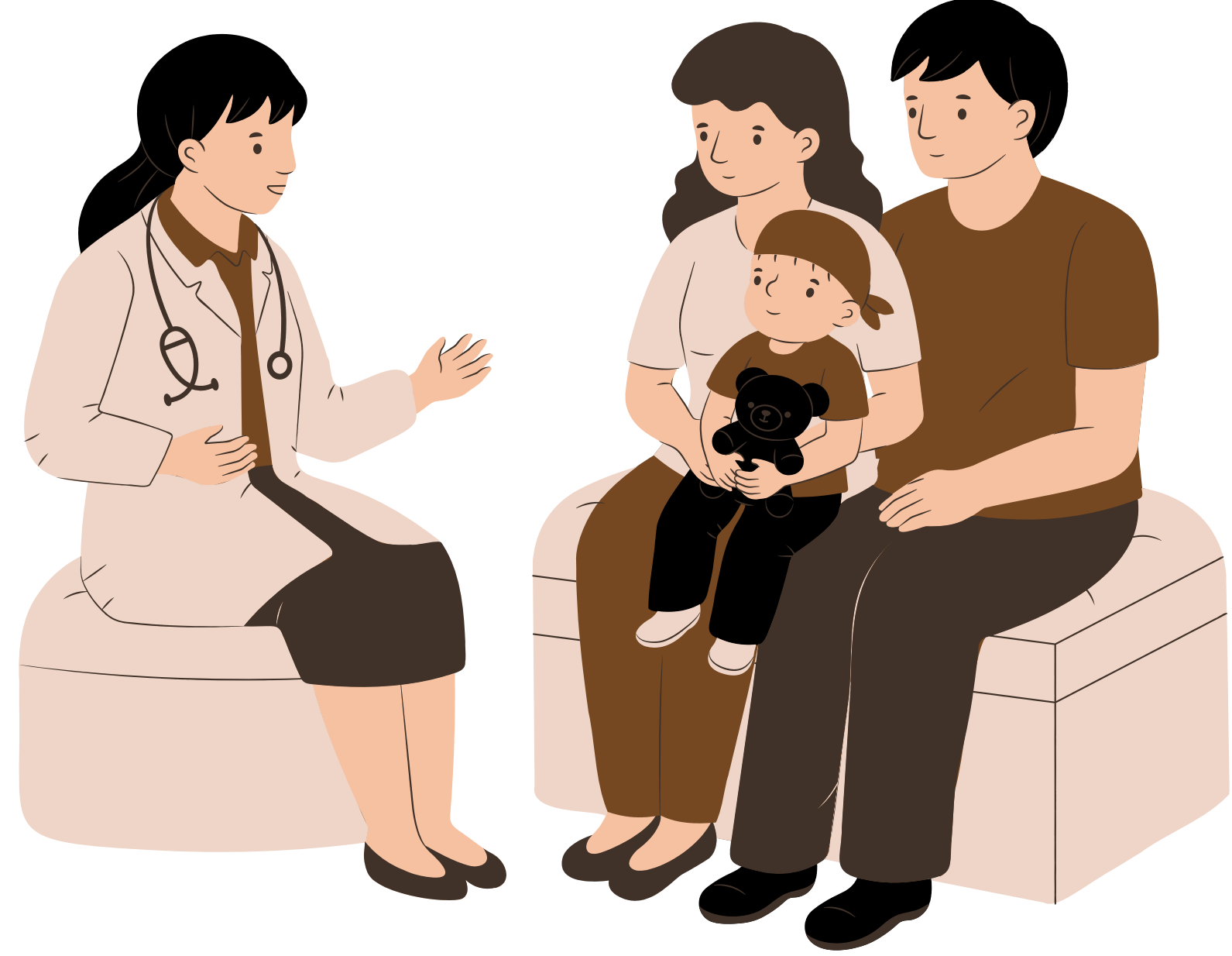
"Benim böyle uzun
sarılmalar hiç
hoşuma gitmiyor"
diyebilirim.

Anneme ya da babama
bunu yapmamasını
söylediğimi söylerim.

Her zaman başka birinin
sana dokunması konusunda
hoşuna gitmeyen şeyleri
söyleyebilirsin.

Seni çok seven biri bile
senin istemediğin,
hoşlanmadığın biçimde
sana dokunamaz.

Çok hastalandığında annen ve babanla birlikte doktora gittiniz. Doktor hastalığının ne olduğunu anlamak ve doğru ilacı vermek için seni muayene etmek ve sana dokunmak istedi.



Ne yaparsın?



İyileştirmek için
olduğu için annemin
ve babamın onayı
varsa doktora izin
veririm. Yardımları
için teşekkür ederim.

Bazı büyükler temizlik,
sağlık gibi durumlar
nedeniyle dokunmalarda
bulunabilir. Bu durumda
ailenin bilgisi ve onayı ile
senin onayın gerekmektedir.

*Bir büyük çocuk sana
“Gel sana oyuncaklarımı
göstereceğim ama
kimseye söylemek yok. Bu
bizim sırrımız dedi”*

Ne yaparsın?





Ben annemlerden gizli bir
şey yapmam, önce gidip
onlara sormam
gerekıyor”
derim. Sonra da gidip
anneme ya da babama
sorarım.



Kimse senden ailenden ya
da diğer güvendiğin
yetişkinlerden sır
saklamayı isteyemez.
Söylersen
kimse seni suçlamaz ya da
başın derde girmez.

“Birisi özel yerlerine dokunuyor ve bunun sadece bir oyun olduğunu söylüyor”

Ne yaparsın?



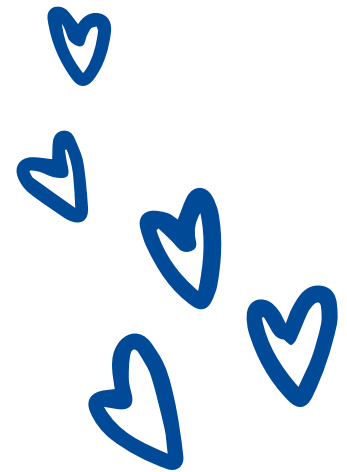


HAYIR! Yapmanı
istemiyorum" derim,
oradan uzaklaşırım ve
sonra olanları
güvendiğim bir büyüğüme
anlatırım.



Her zaman bir yetişkine
anlatman gerekir. Ve bir
yetişkin sana inanıp
yardım edene kadar da
da anlatmaya devam etmek
gerekir.

Neler öğrendik?



- İyi ve kötü dokunuş nedir?

- Özel Bölgeler

- Kötü dokunuşla karşılaşınca neler yapılabilir?

- Örnekler