

# GÜVENLİ YAŞAM

Yaşama hakkı,  
tüm canlıların  
en temel  
hakkıdır.

**İnsan, bulunduğu ortamda güvende olduğunu bilmek ister.**



**Güvenlik ihtiyacının  
karşılanabilmesi, çevresel  
koşulların iyi bilinmesi ve kişinin  
iradesiyle bilinçli hareket  
edebilmesi ile doğrudan ilişkilidir.**



**Bulduğumuz çevrenin olumlu  
ve riskli yönlerini iyi tanımalı,  
davranışlarımıza bu doğrultuda  
yön vermeliyiz.**



**Güvenliğimizi ihlal eden herhangi  
bir tehdit ya da olay ile  
karşılaştığımızda ailemiz  
koordinesinde emniyet birimlerine  
başvurmalı, okul ve çevresini  
ilgilendiren hususlarda ayrıca  
okuldaki rehberlik servisini  
bilgilendirmeliyiz.**



**Genel olarak güvenli  
yaşam kurallarının  
yanında kişinin bedenini  
koruma konusunda da  
farkındalık artırıcı  
bilgilerin önemli olduğu  
düşünülmektedir.**

# İyi Dokunma-Kötü Dokunma



T.C.  
BİLECİK VALİLİĞİ  
Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürlüğü



## İYİ DOKUNMA



- Bazı dokunmalar iyidir bazıları ise kötüdür.
- Sevdiğin kişilerin sarılması ve öpmesi güzel bir şeydir.
- Uyandığında annenin sana sarılması ve öpmesi.
- Babanın iyi geceler dilemek için sarılması ve öpmesi.
- Anneanne ve büyükbabanın ziyarete geldiklerinde herkesin birbirini kucaklaması ve öpmesi

**İYİ DOKUNMADIR**

## KÖTÜ DOKUNMA



- Bazı dokunmalar iyidir bazıları ise kötüdür.
- Kendini rahatsız hissetmene neden olan dokunmalar genellikle kötü dokunmalardır.
- Dokunulmasını istemediğin halde sana dokunulursa bu kötü bir dokunmadır.
- Dokunma seni korkutuyor ve sinirlendiriyorsa, bu kötü bir dokunmadır.
- Birisi seni kendisine dokunmaya zorluyorsa bu kötü bir dokunmadır.
- Dokunan kişi bunu **hiç kimseye söylememeni istiyorsa**, bu kötü bir dokunmadır.
- Dokunan kişi bunu başkasına söylersen sana bir zarar vereceği tehdidinde bulunuyorsa bu kötü bir dokunmadır.





- Birisi sana istemediğin bir şekilde dokunduğunda bunu gizlemek zorunda değilsin.
- Kendinin kötü olduğunu düşünme. Kötü olan sen değil, sana kötü bir şekilde dokunan kişidir.
- Bedenin sana aittir.
- Kendini suçlama ve kimsenin de seni suçlamasına izin verme.



- ❑ **KÖTÜ BİR DOKUNMAYLA KARŞILAŞTIĞINDA SESSİZ VE TEPKİSİZ KALMA**



□ **YÜKSEK SESLE HAYIR  
DE KORKMA!**



# □ KOŞARAK ORADAN UZAKLAŞ



❑ **EN YAKINDAKİ KİŞİDEN  
YARDIM İSTE**



□ **GÜVENLİK GÜÇLERİNİ  
DURUMDAN HABERDAR ET**



- YAŞADIKLARINI AİLENE ANLAT.**
- ONLAR SANA KIZMAZ. SENİ KORUR.**
- SAKIN AİLENDEN BİR ŞEY SAKLAMA.**



**Besni**  
Rehberlik ve  
Araştırma  
Merkezi **RAM**

### Ne Yapmalıyız ?

Birisi bizim canımızı acıttığında,  
Hoşlanmadığımız bir şaka yaptığında,  
Bize kötü dokunuşta bulunduğunda,  
Özel bölgelerimize dokunduğunda



**Yüksek sesle  
«HAYIR»  
DE!**

### UNUTMA ?

Eğer birisi senden kötü bir dokunuş  
veya bakışla ilgili yaptıklarını sır olarak  
saklamayı isterse asla yapma!

Eğer kötü bir dokunuş veya bakışla  
karşılaşırsan ;

1. "HAYIR !" DE
2. UZAKLAŞ
3. GÜVENDİĞİN BİR BÜYÜĞÜNE SÖYLE
4. BİRİSİ SENİ DİNLEYENE KADAR SÖYLEMEYE DEVAM ET!

### Sevgili Öğrenciler

Kendinizi korumak için size zarar veren kişiden kaçmak, yüksek sesle bağırarak, tekmelemek, vurmak vb. davranışlarda bulunabilirsiniz.

Boş ve terk edilmiş yerler, bodrum katları, inşaatlar, sizin için güvenli olmayan yerlerdir.

Ailenizin izni ve bilgisi olmadan kafe, oyun salonu, arkadaş ve komşu evleri gibi yerlere gitmemelisiniz.

Ailenizin bilgisi dahilinde gittiğinizde de yediklerinize ve içtiklerinize dikkat etmelisiniz.

Çevrede kötü insanlar olabilir ve sizi kandırmak için çeşitli hikayeler anlatabilir. Bunlara asla inanmamalısınız. "Baban kaza geçirdi; ben doktorum, seni yanına götüreceğim" vb...

Sanal ortamlarda tanımadığınız insanlarla arkadaşlık yapmamalısınız. Sosyal paylaşım sitelerinde kişisel bilgilerinizi ve özel görüntülerinizi paylaşmamalısınız.

Tanımadığınız kişilerden uzak durmalısınız.

BESNİ REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ MÜDÜRLÜĞÜ  
Telefon: 0 (416) 318 20 60 Faks: 0 (416) 318 20 60 WEB : www.besniram.mebk12.tr

**GÜVENLİ YAŞAM**  
Öğrenci Bilgilendirme Broşürü

**Besni**  
Rehberlik ve  
Araştırma  
Merkezi **RAM**



**Çocuk Olarak Haklarım;**

- \*Yaşama ve gelişme hakkı
- \*Sağlık hizmetlerine erişim hakkı
- \*Eğitime erişim hakkı
- \*Dinlenme ve oyun hakkı
- \*Güvende olma hakkı
- \*Düşüncelerini ifade edebilme hakkı
- \*Vücudunu koruma hakkı