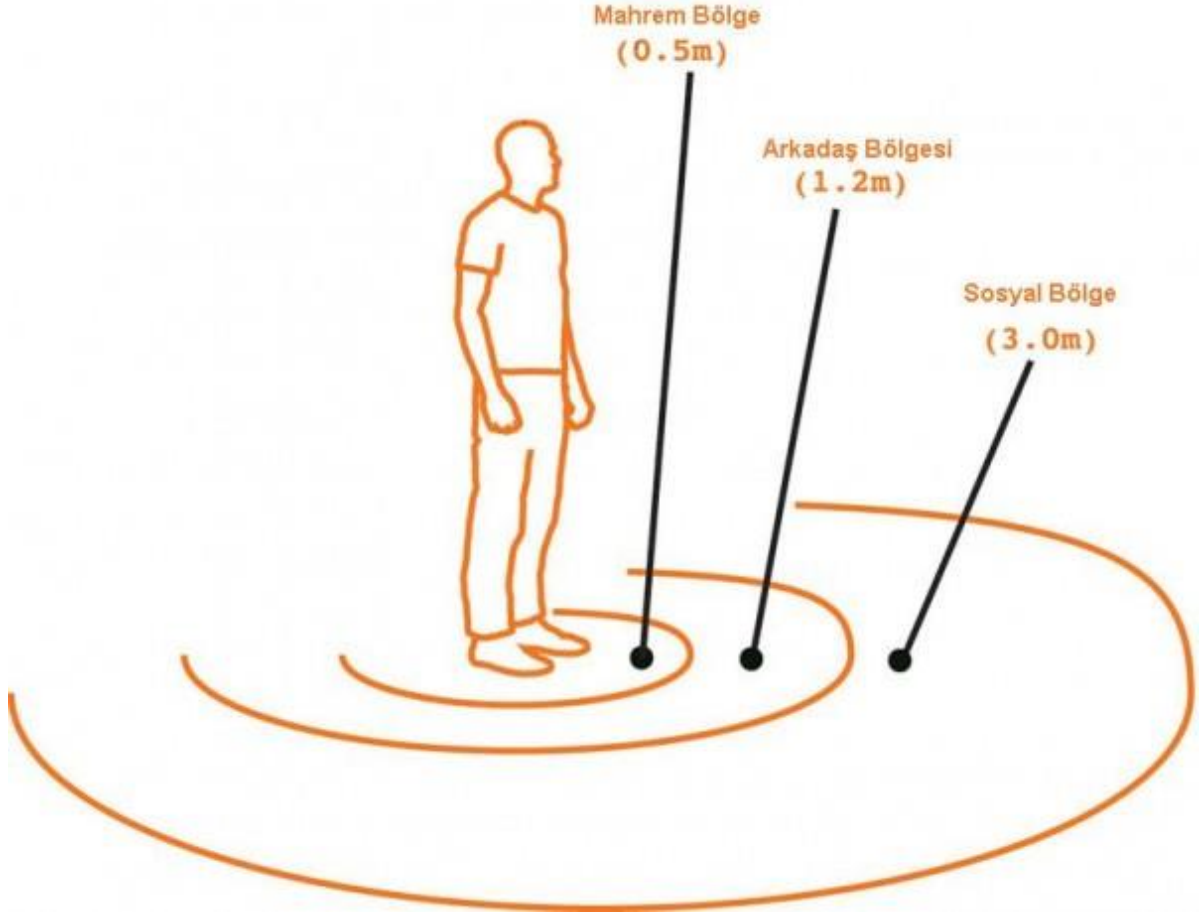


KİŞİSEL SINIRLARIMIZI KORUMA VE İSTİSMARDAN KORUNMA

Kişisel sınırlar, bireylerin günlük yaşantılarında gizlilik ve özerklik hissetmek için ihtiyaç duyduğu fiziksel ve psikolojik sınırlamalardır.

Her insanın kişilik özelliklerine, yaşam şekline, yetiştiği ve yaşadığı kültüre göre değişen kişisel sınırları vardır. Bu sınırlar karşımızdaki insana göre farklı yerlere çizilebilir. Ailemiz, arkadaşlarımız için daha silik olabilirken başkalarına daha kalın sınırlar koyabiliriz.



Karşımızdaki kişinin bizim onun için koyduğumuz sınırı geçmesi bizi rahatsız eder. Çünkü dokunulmasını istemediğimiz, paylaşmaktan hoşlanmadığımız taraflarımız vardır. Karşımızdaki insanın bizim sınırlarımıza saygı göstermesi bize değer verdiğini gösterir. Aynı zamanda başkalarının sınırlarına saygılı olabilmek, kişinin başkalarını anlama, değerlendirebilme, uyum sağlayabilme gibi özelliklere sahip olduğunun da göstergesidir.

Sınırlar bazen somuttur. Yani evimiz, odamız, telefonumuz, mektubumuz gibi. Sınırlar somut olduğunda uyum daha fazladır. Birinin evine istenmeden girmenin, mektubunu izinsiz okumanın, telefonunu karıştırmanın uygunsuz, terbiyesiz, ahlaksız hatta yasalara karşı bir davranış olduğunu çoğunluk kabul eder.

Bazen ise soyuttur. Birini istemediği halde ilişkileri, işi gibi konularda konuşmaya zorlamak, istemediği halde bir yere götürmek, bir şey aldırma için ısrar etmek, yapmak istemediği halde bizim davranışlarımıza izin vermesini, hoş görmesini, kabullenmesini beklemek ve bunun için diretme sınırsızlık olmasına karşın, yapan tarafından bir hakmış gibi görülür.

0-18 yaş grubundaki çocuđun;

- ✓ Sağlığını,
- ✓ Fiziksel gelişimini,
- ✓ Psiko-sosyal gelişimini bilerek veya bilmeyerek olumsuz etkileyen her türlü harekete “ÇOCUK İSTİSMARI” denir.

İstismar çeşitleri nelerdir?

- Fiziksel istismar
- Duygusal istismar
- Ekonomik istismar
- Cinsel istismar

KENDİMİZİ KORUMAK İÇİN NE YAPACAĞIZ?

- KİŞİSEL SINIRLARINIZI BELİRLEYİN
- KÜSER, AYIP OLUR, DIŞLANIRIM KORKUSU İLE İSTEMEDİĞİNİZ KİŞİLERİ SINIRLARINIZA YAKLAŞTIRMAYIN
- HERHANGİ BİR TEHDİT, MESAJ YA DA DUYUM ALDIYSANIZ BİR YETİŞKİN İLE PAYLAŞIN
- İSTEMEDİĞİNİZ HER KONUDA HAYIR DEMEYİ BİLİN
- BÖYLE BİR DURUM YAŞADIYSANIZ BU SİZİN SUÇUNUZ KESİNLİKLE DEĞİL, LÜTFEN BİR YETİŞKİN İLE PAYLAŞIN
- HİÇBİR İSTİSMARA SESSİZ KALMAYIN
- UNUTMAYIN SİZE KENDİNİZİ KÖTÜ HİSSETİREN BÜTÜN DOKUNMALAR KÖTÜDÜR, İZİN VERMEYİN
- SOSYAL MEDYAYI VE İNTERNETİ KONTROLLÜ KULLANIN