

# ŐİDDETI ÖNLEME

## ÖĐRENCİ SUNUMU



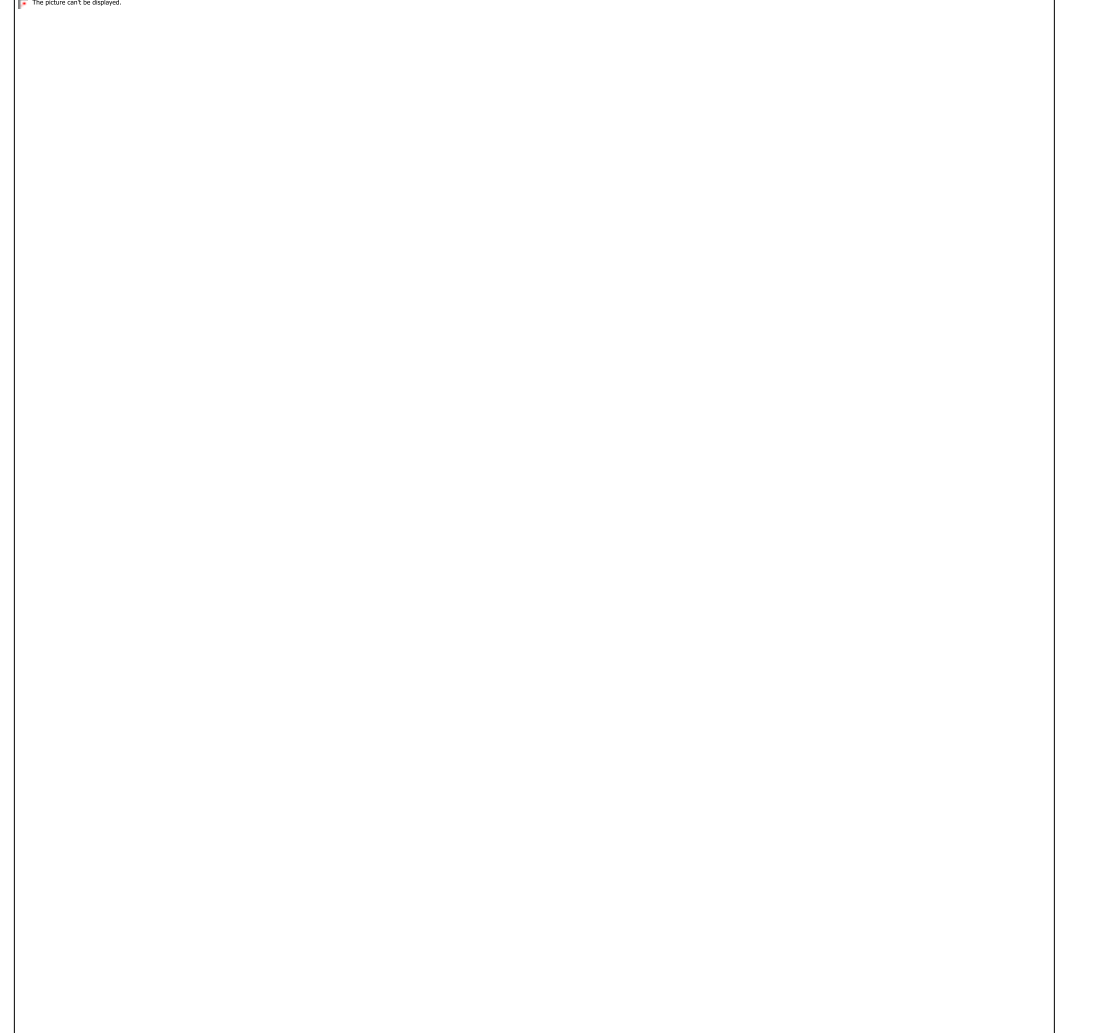
# DUYGULARIM

- Mutluluk
- Üzüntü
- Tiksini
- Korku
- Şaşkınlık
- Öfke



# Öfkelenirsem?

- Ortam deęiřtiririm.
- Elimi yüzümü yıkarım
- Nefes egzersizi yapabilirim.
- Su içerim.
- Sayıları/günleri/ayları sayabilirim.
- Etrafımdaki 5 nesneyi sayabilirim.
- Müzik dinleyebilirim/Resim çizebilirim.
- Sevdiğim bir oyuncakla oynayabilirim.
- Bir büyükten yardım alabilirim.
- Sakinleştiğimde öfkelendiğim kişiyle konuşup sorunu çözmeye çalışırım.



# Şiddete Maruz Kalırsam?

- Ne hissederim?
- Kimlerden yardım isterim?
  - Anne/Baba
  - Öğretmen
  - Güvendiđin kişiler
  - Polis,jandarma



# Şiddete Maruz Kalırsam?

- NE SÖYLERİM?

- Hayır diyebilmek!
- Bu söylediğinin ya da yaptığının doğru olmadığını söylemek
- Davranışının nedenini sormak
- Onu dinlediğini hissettirmek



## NE YAPARIM?

- Uzaklaşmak( Ellerini kullanarak kendini koruma, geri adım atma, ortam değiştirme)
- Bir büyükten yardım istemek
- Sakinleşmesi için öneriler vermek



## SENARYO 1

Serbest etkinlik saatinde çok sevdiğin bir oyuncakla oynarken arkadaşının, oyuncağı izinsiz elinden almaya çalışması

- Ne hissedersin?
- Ne yaparsın?

## SENARYO 2

Okul çıkışı annen/babanla parka gittiniz. Salıncağa binmeyi çok istiyorsun ama salıncakta başka bir çocuk sallanıyor.

- Ne hissedersin?
- Ne yaparsın?



## Senaryo 3

Oyun esnasında bir grup arkadaşının oyununa sen de dahil olmak istedin ancak, seni oyuna almak istemediklerini söylediler.

- Ne hissettin?
- Ne yapabilirsin?
- Ne söyleyebilirsin?



# TEŞEKKÜRLER

