

VÜCUDUN SENİNDİR ONU KORU!



Bu Beden Bana Ait!

Eğer birini öpmek ya da ona sarılmak istemiyorsam Hayır! diyebilirim.
Onlarla tokalaşabilirim, beşlik çakabilirim.
Vücudumun patronu benim.
Ben ne söylersem o olur.

GÜVENE BİLECEĞİM KİŞİLER

Anneme, babama, öğretmenime her şeyi anlatabilirim ve onlar bana inanırlar.
Eğer korkarsam, güvensiz hissedersen bu kişilere nasıl hissettiğimi ve neden böyle hissettiğimi anlatabilirim.

ERKEN UYARI İŞARETLERİ

Eğer korku ve güvensizlik hissedersen, çok fazla terleyebilirim, karnım ağrıyabilir, titreyebilirim ve kalbim oldukça hızlı atabilir. Böyle bir şey hissedersen güvенеbileceğim kişilere anlatmalıyım.

ÖZEL BÖLGELER

Özel bölgelerim, mayomun içinde kalan bölgelerdir. Hiç kimse özel bölgelerime dokunamaz. Hiç kimse benden kendisinin özel bölgelerine dokunmamı isteyemez. eğer bunlardan birisi olursa hemen güvенеbileceğim kişilere anlatmalıyım.



SIRLAR

Beni kötü ve rahatsız hissetiren hiçbir sırrı saklamamalıyım. Birisi beni kötü ya da huzursuz hissetirecek bir sırrı saklamamı isterse, anneme babama öğretmenime anlatmalıyım.