

## Φυλλάδιο 10: Τα Δικαιώματά μου στις Σχέσεις μου...

Πηγή: Family Violence Network Dating Violence Program; Clark, V.D., & Clark D.O. What you should know about relationship violenc, texas A7M University). [Http://www.flv.org/pdf\\_rap/RAP\\_DatingRights.pdf](http://www.flv.org/pdf_rap/RAP_DatingRights.pdf)

### [Φυλλάδιο 10] Τα δικαιώματά μου στις σχέσεις μου...

Εκτυπώστε το Φυλλάδιο 10 που ακολουθεί, όπως ακριβώς εμφανίζεται.

## Τα Δικαιώματά μου στις Σχέσεις μου...

### Έχω το δικαίωμα...

- ⇒ να αρνηθώ να βγω ραντεβού με κάποιον/-α, χωρίς να αισθάνομαι ενοχές.
- ⇒ να ζητήσω από κάποιον/-α να βγούμε ραντεβού χωρίς να αισθάνομαι «απόρριψη» εάν μου το αρνηθεί.
- ⇒ να επιλέξω να πάω κάπου μόνος/-η μου χωρίς να είμαι μαζί με το αγόρι/κορίτσι μου.
- ⇒ να πω "όχι" στη σωματική εγγύτητα.
- ⇒ να πω "θέλω να σε γνωρίσω καλύτερα προτού προχωρήσουμε περισσότερο".
- ⇒ να πω "δεν θέλω να είμαι πια σε αυτή τη σχέση".
- ⇒ να έχω μια ισότιμη σχέση.
- ⇒ να μην με κακοποιούν σωματικά, σεξουαλικά ή συναισθηματικά.
- ⇒ να αλλάζω τους στόχους μου όποτε θέλω.
- ⇒ εκτός από το αγόρι/κορίτσι μου, να έχω φίλους/-ες και χώρο να «αναπνέω».
- ⇒ να αρνηθώ να κάνω σεξ οποιαδήποτε στιγμή και για οποιοδήποτε λόγο.
- ⇒ να πω στο κορίτσι/αγόρι μου ότι χρειάζομαι στοργή.
- ⇒ να με ακούει.

### Έχω επίσης το δικαίωμα...

- ⇒ να εκφράζω τη γνώμη μου και να σέβεται την άποψή μου.
- ⇒ οι ανάγκες μου να είναι εξίσου σημαντικές με τις δικές του/της.
- ⇒ να εξελίσσομαι ως άτομο, με το δικό μου τρόπο και με το δικό μου ρυθμό.
- ⇒ να αλλάζω γνώμη όποτε θέλω.
- ⇒ να μην αναλαμβάνω εγώ την ευθύνη για τη δική του/της συμπεριφορά.
- ⇒ να του/της πω να μη με διακόπτει.
- ⇒ να χωρίσω και να σταματήσω να είμαι ερωτευμένος/-η μαζί του/της χωρίς να απειλούμαι.

**Έχω πάντα το δικαίωμα να αισθάνομαι ασφαλής!**