

TOPLUM TEPKİLERİNİ YÖNETME KILAVUZU



*Yüzümle Mutluyum
Derneği*

❁ Bu dünyada yalnız kalamayacak kadar benzerlerin varken kimseyle aynı olamayacak kadar eşsiz olduğunu unutma.



www.yuzumlemutluyum.org
info@yuzumlemutluyum.org

1. Bilmeyen son kişi kalana kadar..

Nezaket ve sabırla soruları yanıtlamaya ve farklılığın hakkında (toplumsal, tıbbi vb. konularda) bilinmesi gerekenleri açıklamaya devam et. Bugün yorgunluğun, acelen veya başka bir meşguliyetin arasından zaman çalıp cevapladığın her soru, başka günlerde senin gibi görünür farklılığa sahip bir bireyin benzer sorularla karşılaşmasının önüne geçecektir.

2. Ortaya Çık!

İnsanlar sık sık maruz kaldıkları şeylere alışır ve bir süre sonra olağanüstü tepkiler vermemeye başlarlar. İşte bu yüzden saklandığın dehlizlerden çık ve bambaşka insanlarla bir arada olmanın tadını çıkar. Bir süre sonra farklılıklarını değil birlikte ne kadar uyumlu olduğunuzu görmeye başlayacaklar.

3. Yalnızca görüntüden ibaret değilsin!

Daha önce çok istediğin, seni çok heyecandıran bir işe kalkışırken yüzündeki görünür farklılık nedeniyle vazgeçtiğin oldu mu? VAZGEÇME! Karşılaşacağın tepkilerin hiçbiri senin hayallerinden, hedeflerinden, gözlerindeki parıltıdan daha önemli değil. Onlar sadece bir süreliğine seni uzaktan izleyecekler; sense bu hayatı ömür boyu yaşayacaksın.

4. Öz-Şefkat

En yakın arkadaşın yanına gelip yüzündeki görünür farklılığı ile ilgili yaşadığı olumsuz duygulardan bahsetse ona nasıl tepki verirdin? Eminim ona sınıksız sarılır ve kendi gözünden ne kadar muhteşem göründüğünü anlatmaya çalışır, üzülmesine dayanamazdın. Benzer zamanlarda sen de kendinin en yakın dostu ol ve canını acıtan her şeyi kovup aynadaki yansımana tebessüm et.

5. Başka kimler var?

Ülkemizde ve dünyada yüzünde görünür farklılığı olan bireylerin yaşamlarını yakından takip et. Onlarla iletişime geç, birlikte farkındalık projeleri tasarla, ilgili derneklerin çalışmalarına katıl. Yürüdüğün yolda seninle aynı yöne giden yol arkadaşların varsa o yolculuk çok daha anlamlı olur.



Bağlarbaşı Mh. Kumru Sk.

No:10/5 Maltepe İstanbul



+90 530 834 63 57

+90 216 443 88 09