

Билль о правах личности

Каждый имеет право -

1. Просить о помощи и эмоциональной поддержке.
2. Иногда ставить себя на первое место.
3. Протестовать против несправедливого обращения или критики.
4. Иметь собственное мнение или убеждение.
5. Совершать ошибки пока не найдёте правильный путь.
6. Предоставлять право людям самим решать свои проблемы.
7. Говорить спасибо «нет», извините «нет».
8. Не обращать внимания на советы окружающих и следовать своим собственным.
9. Побывать одному, даже если другим хочется Вашего общества.
10. Иметь свои собственные, какие угодно чувства, независимо от того, понимают ли их окружающие.
11. Менять образ действия или свои решения.
12. Добиваться пересмотра договорённости, которая Вас не устраивает.

Никогда не обязан

1. Быть безупречным на все 100 %.
2. Следовать за всеми.
3. Делать приятное неприятным людям.
4. Любить людей, приносящих Вам вред.
5. Извиняться за то, что Вы были сами собой.
6. Выбиваться из сил ради других.
7. Чувствовать себя виновным за свои желания.
8. Мириться с неприятной Вам ситуацией.
9. Жертвовать своим внутренним миром ради кого-то бы ни было.
10. Сохранять отношения ставшие оскорбительными.
11. Делать больше, чем Вам позволяет время.
12. Делать что-то, что Вы на самом деле не можете делать.
13. Выполнять неразумные требования.
14. Отдавать что-то, что Вам не хочется отдавать.
15. Нести на себе тяжесть чьего-то неправильного поведения.
16. Отказываться от своего «Я» ради чего бы - то ни было или кого бы - то ни было.