



Інформація для здобувачів освіти:

Ви маєте право:

- іноді ставити себе на перше місце;
- просити про допомогу і емоційну підтримку;
- протестувати проти несправедливого ставлення або критики;
- мати свою власну думку і переконання;
- скоювати помилки, поки не знайдете правильний шлях;
- надавати людям можливість вирішувати свої власні проблеми;
- говорити «ні, спасибі», «вибачте, ні»;
- не звертати уваги на поради оточуючих і слідувати своїм власним переконанням;
- побути одному(ій), навіть якщо іншим хочеться вашого суспільства;
- на свої власні відчуття — незалежно від того, чи розуміють їх оточуючі;
- міняти свої рішення або обирати інший образ дій;
- добиватися зміни домовленості, яка вас не влаштовує.

Ви ніколи не зобов'язані:

- бути бездоганим(ою) на всі 100%;
- слідувати за натовпом;
- любити людей, що приносять вам шкоду;
- робити приємне неприємним людям;
- вибачатися за те, що були самим собою;

- вибиватися з сил заради інших;
- відчувати себе винуватим за свої бажання;
- миритися з неприємною ситуацією;
- жертвувати своїм внутрішнім світом заради кого б то не було;
- зберігати відносини, що стали образливими;
- робити більше, ніж вам дозволяє час;
- робити щось, що насправді не можете зробити;
- виконувати безрозсудні вимоги;
- віддавати щось, що насправді не хочеться віддавати;
- нести на собі тяжкість чийсь неправильної поведінки;
- відмовлятися від свого Я заради кого б то або чого б то не було.

Будьте здоровими і щасливими!