

## **Основные права каждого человека**

1. Быть принятым как равный, независимо от пола, расовой и национальной принадлежности, возраста и физического состояния.
2. Чувствовать уважение к себе.
3. Принимать решение о том, как проводить время.
4. Просить о том, в чем есть необходимость.
5. Спрашивать мнение о своих производительности труда, поведении, облике.
6. Быть выслушанным и воспринятым всерьез.
7. Иметь свое мнение.
8. Придерживаться определенных политических взглядов.
9. Плакать.
10. Делать ошибки.
11. Говорить «нет», не испытывая чувства вины.
12. Отстаивать свои интересы.
13. Устанавливать свои приоритеты.
14. Выражать свои чувства.
15. Говорить «да» самому себе, не чувствуя себя эгоистом.
16. Менять свое мнение.
17. Иногда терпеть неудачу.
18. Говорить «я не понимаю».
19. Делать заявления, не требующие доказательств.
20. Получать информацию.
21. Иметь успех.
22. Отстаивать свою веру.
23. Придерживаться собственной системы ценностей.
24. Брать время на принятие решений.
25. Принимать на себя ответственность за собственные решения.
26. Иметь личную жизнь.
27. Признаваться в незнании.
28. Меняться/развиваться.
29. Выбирать, включаться или нет в проблемы других людей.
30. Не нести ответственности за проблемы других людей.
31. Заботиться о себе.
32. Иметь время и место для уединения.
33. Быть индивидуальностью.
34. Запрашивать информацию у профессионалов.
35. Не зависеть от одобрения других людей.
36. Самому судить о собственной значимости.
37. Выбирать, как поступать в складывающейся ситуации.
38. Быть независимым.
39. Быть собой, а не тем, кем хотят видеть окружающие.
40. Не оправдываться.
41. Быть прощенным