Билль о правах и обязанностях личности

ВЫ ИМЕЕТЕ ПРАВО

… иногда ставить себя на первое место

…просить о помощи и эмоциональной поддержке

…протестовать против несправедливого

…обращения или критики

…иметь свое мнение или свои убеждения

…совершать ошибки, пока вы не найдете правильный путь

…говорить «Спасибо, НЕТ», «Извините, НЕТ»

…побыть одному, даже если другим хочется вашего общества

…иметь свои собственные, какие угодно, чувства, независимо от того, понимают ли их окружающие

…менять свое решение и добиваться перемены договоренности, которая вас устраивает

ВЫ НИКОГДА НЕ ОБЯЗАНЫ

…быть безупречным на 100%

…следовать за всеми

…делать приятное неприятным вам людям

…извинятся за то, что вы были самим собой

…чувствовать себя виноватым за свои желания

…мирится с неприятной для вас ситуацией

…жертвовать своим внутренним миром ради кого бы то ни было

…сохранять отношения, ставшие оскорбительными

…нести ответственность за чье-то поведении.

ПРИ ЭТОМ ВЫ ДОЛЖНЫ ПОМНИТЬ, ЧТО

…другие люди имеют те же права, что и вы

…нельзя жить в обществе и быть свободным от общества – или то, или другое

…мнение, отличное от вашего, может быть верным

…никто не обязан вести себя так, как того хочется вам

…неприемлемый для вас образ жизни может быть нормой для кого-то другого

…совет, основанный на чужом опыте, может уберечь вас от ошибок

…ваше чувство вины может указывать на недопустимость вашего поведения

…вы ничего никому не должны до тех пор, пока не взяли на себя обязательств

…никакие правила не освобождают вас от ответственности за ваши поступки

Советы родителям

Дети учатся жить…

Если ребенка постоянно критиковать, он учится осуждать.

Если ребенок растет во враждебности, он учится агрессивности.

Если ребенок растет в страхе, он учится всего бояться.

Если ребенок окружен жалостью, он учится жалеть себя.

Если ребенок растет среди насмешек, он становится застенчивым.

Если ребенка постоянно сравнивать с другими, он учится завидовать.

Если ребенок растет с чувством стыда, он учится быть всегда виноватым.

Если ребенок растет в атмосфере поддержки, он учится быть уверенным в себе.

Если ребенок растет в похвале, он учится быть благодарным.

Если ребенок растет в атмосфере терпимости, он учится быть терпеливым.

Если ребенок растет в атмосфере одобрения, он учится нравиться себе.

Если ребенок растет в признании, он учится ставить цели и достигать их.

Если ребенок растет в атмосфере принятия, он учится любить.

Если ребенок растет в сочувствии, он учится быть великодушным.

Если ребенок растет в честности и справедливости, он учится различать добро и зло.

Если ребенок растет в атмосфере доверия, он учится верить в себя и в окружающих.

Если ребенок окружен дружелюбием, он знает, что мир – это прекрасное место.

Уважаемые дети! Мы – ваши родители.

\*\*\*

Сотрудничайте с нами!

От нас зависит, какими вы станете, но и от вас зависит, какие родители получатся из нас.

\*\*\*

Мы не были родителями изначально, мы стали ими в момент вашего появления на свет. Как родители мы ровесники вам и не меньше чем вы нуждаемся в помощи и поддержке.

\*\*\*

Мы так же, как и вы, имеем право на ошибку. И мы хотим, чтобы вы любили нас и тогда, когда мы ошибаемся.

\*\*\*

Мы заботимся о вас. Очень хотелось бы, чтобы вы ценили это. Нам так приятно услышать от вас «Спасибо!»

\*\*\*

Мы пытаемся как можно реже употреблять фразу «ты должен». Постарайтесь и вы, не дожидаясь требований, по доброй воле, говорить иногда: «Давай я сделаю…»

\*\*\*

Не ждите, что мы решим все проблемы. Учитесь принимать свои собственные решения, а мы будем любить вас вне зависимости от того, какими они будут.

\*\*\*

Не стоит во всем брать с нас пример, будьте самими с собой!

\*\*\*

Не забывайте, что родители – не рабы своих детей. Мы имеем право на свою жизнь и иногда нуждаемся в отдыхе.

\*\*\*

Уважайте наших друзей, как мы уважаем ваших.

\*\*\*

Наш дом принадлежит всей семье. Вещи, конечно, не столь важны, как люди, но постарайтесь научится ценить их, они могут быть дороги кому-то из нас.

\*\*\*

Мы растем и развиваемся вместе с вами. Так давайте грести вместе и в одном направлении, иначе наша семейная лодка может опрокинуться.

МЫ ЛЮБИМ ВАС!

ТЕБЕ грустно?

Не замыкайся в СЕБЕ!

Поговори со взрослым, которому ТЫ ДОВЕРЯЕШЬ!