

Meine Lebensrechte

Ich nehme mir das Recht heraus:	Nein 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10 Ja
Meine Überzeugungen, Einschätzungen und Werthaltungen zu ändern.	
Mich auch an die erste Stelle zu setzen.	
Um Hilfe zu fragen und Hilfe zu geben.	
Mir alle Rechte zuzustehen, wie ich sie auch anderen zugestehe.	
Nein zu sagen.	
Meine Stärke anzuerkennen.	
Dumme Fehler zu machen.	
Mich gehen zu lassen.	
Neues auszuprobieren.	
Das zu tun und so zu sein, wie ich mich fühle.	
Pause zu machen, wenn ich es brauche.	
Mir die Zeit zu geben, die es braucht, um eine Aufgabe zu erledigen.	
Meine Gefühle ernst zu nehmen und ihnen Platz zu lassen.	
Meine Neigungen und Interessen zu leben, solange die Rechte anderer nicht eingeschränkt oder verletzt werden.	
Schwächen zu haben, Schwächen zu zeigen.	
Zu bestehen oder zu scheitern.	
Dass andere meine Lebensrechte respektieren	
Mich nicht für alles verantwortlich zu fühlen	
Aufgaben zu delegieren, wenn es mir zu viel wird.	