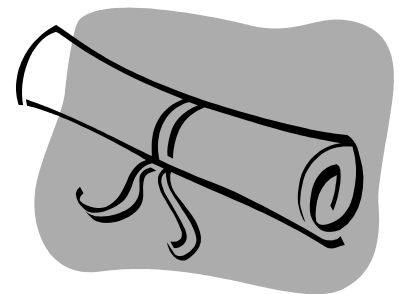


Your Bill of Rights (権利章典)

- ・ あなたがあなたらしくある権利
- ・ あなたがまず自分を第一に考える権利
- ・ あなたが安全を確保する権利
- ・ あなたが怒りを感じ、表現する権利
- ・ あなたが人としての尊厳を失うことなく扱われる権利
- ・ もし不公平に、暴力的に扱われた場合、あなたが怒り抗議する権利
- ・ あなたが人間らしくある権利 完璧ではない
- ・ あなたが自分の意見を持ち、表現し、それを真剣に受け止めてもらう権利
- ・ あなたの人生に影響のあることに関して質問する権利
- ・ あなたに影響のあることについて決断する権利
- ・ あなたの気持ちが変わる権利
- ・ あなたが「NO」という権利
- ・ あなたが失敗をする権利
- ・ あなたが自分の限界と優先順位を設ける権利
- ・ あなたが他の人の問題に責任を負わない権利
- ・ あなたが好かれない(嫌われる)権利
- ・ あなたが自分以外の人の期待にそった生き方をしない権利
- ・ あなたが「スーパーウーマン」「スーパーマン」でなくてもいい権利
- ・ あなたが人に助けを求める権利
- ・ あなたが自分を許す権利
- ・ あなたが自己主張しない権利



あなたが幸せに感じていないのであれば、
自分の人生をコントロールし、
変えていく権利