

КАК ЗВУЧАТ

ЛИЧНЫЕ ГРАНИЦЫ



*ЛИЧНЫЕ ГРАНИЦЫ—ЭТО ПРАВИЛА И ОГРАНИЧЕНИЯ, С ПОМОЩЬЮ КОТОРЫХ МЫ ВЫСТРАИВАЕМ ЭКОЛОГИЧНЫЕ ОТНОШЕНИЯ С ОКРУЖАЮЩИМИ НАС ЛЮДЬМИ.

Я не хочу об этом рассказывать, обсуждать эту тему

Я не работаю сегодня, давайте вернемся к этому вопросу в рабочий день

Я не даю деньги в долг

**НЕ ПЕРЕХОДИТЕ
МОИ ЛИЧНЫЕ
ГРАНИЦЫ!**



Я не спрашивал(а) мнения, критики и советов по этому поводу

Этот разговор мне не приятен, я хочу его закончить

Я плохо себя чувствую, поэтому не готов(а) прийти на встречу

Сейчас мне нужно побыть в одиночестве

Чтобы отстаивать свои границы нужна смелость

Но когда ты это делаешь, люди начинают лучше тебя понимать. Отношения становятся крепче, ты чувствуешь силу внутри.

Границы есть везде: в отношениях с родственниками, друзьями-ми, коллегами, самим собой



СЛУЦК-ЗДОРОВЫЙ ГОРОД



АГРОГОРОДОК КОЗЛОВИЧИ
ЗДОРОВЫЙ ПОСЕЛОК