

FUNKCIONĀLAS ĢIMENES PAMATNOSTĀDNES

- Es drīkstu dzīvot. Es drīkstu te būt.
- Man ir tiesības uz savām izjūtām un vajadzībām.
- Man ir tiesības uz savu dzīvi. Es esmu es.
- Mani ir vērts mīlēt tādu, kāds es esmu.
- Es esmu labs pat, ja pieļauju kļūdas.
- Man nav jābūt perfektam, es drīkstu mācīties no kļūdām.
- Es drīkstu justies labi.
- Es drīkstu piedzīvot tuvību.
- Mana mīlestība ir dāvana.
- Man nav nekas jāmaksā par attiecībām.