



## *SAV pažadai*

- 1) Mylėdami ir priimdami save, atrasime save kaip asmenybes.
- 2) Mūsų savivertė augs kuomet teigiamai vertinsime save kiekvieną dieną.
- 3) Mus apleis noras įtikti ir autoritetą turinčių žmonių baimė.
- 4) Mumyse augs sugebėjimas dalintis artumu.
- 5) Kuomet spręsimė emocinio apleistumo problemas, mus ims traukti kitų stipriosios savybės, tapsime pakantesni savo pačių ir kitų silpnybėms.
- 6) Mes džiaugsimės jausdamiesi pastovūs, stabilūs, ramūs ir finansiškai saugūs.
- 7) Mes išmoksime žaisti, linksmintis ir džiaugtis gyvenimu.
- 8) Mes pasirinksimė mylėti žmones, kurie sugeba mylėti ir yra patys už save atsakingi.
- 9) Mums taps lengviau nusistatyti sveikas ribas visame kame.
- 10) Kai intuityviai darysimė sveikesnius pasirinkimus, dings nesėkmės ir pasisekimo baimė.
- 11) Su SAV grupės pagalba palengva atsikratysime disfunkcinio elgesio.
- 12) Palaipsniui, su Aukštesnės Jėgos pagalba, mes išmoksime tikėtis viso, kas geriausia, ir tai gausime.

Adult Children of Alcoholics®/Dysfunctional Families World Service Organization, Inc.  
www.adultchildren.org | Info@adultchildren.org | +1(310) 534-1815

ACA WSO Literature Distribution Center | +1(562) 595-7831

Unapproved Draft. These materials have not been verified by the ACA WSO.

Copyrighted by Adult Children of Alcoholics World Services Organization, Torrance, Calif, USA.  
Any copying or distribution without prior written consent from ACA WSO is a violation of copyright law.