

Potrzeby

Poniżej znajdziesz listę potrzeb, zastanów się, które z nich są przez Ciebie zaopiekowane, a którymi powinnaś/powinieneś się zająć. Możesz pokolorować je różnymi kolorami. A może uważasz, że czegoś brakuje na liście?

zabawy

radości

kontakty z przyrodą

przygody

porządku

wyrażania intymności

akceptacji

wygody

nauki

siśmowuchp

odpoczynku

dokonywania wyborów

jedzenia i picia

ruchu

bezpiecznego miejsca

wolności

bliskości fizycznej

realizacji celów

niezależności

uczenia się

poczucia bezpieczeństwa

autentyczności

wyzwań

samorozwoju

szacunku

prywatności

kreatywności

kompetencji

towarzystwa

rozwoju

zaufania

samoakceptacji

poczucia sensu

uwagi

wspólnoty

przynależności

wpływanie na swoje życie

bycia zrozumianym

bycia docenionym

miłości



MAMOLOGIA