Bedürfnis-Liste

Angelehnt an der Bedürfnispyramide nach Abraham H. Maslow.

Selbstverwirklichung

Eigenständigkeit
Selbstwirksamkeit
Freiheit
Entfaltung
Wachstum

Lernen / Wissen
Erfolg
Kreativität
Sinn
Abenteuer

Wertschätzung

Anerkennung
Bewunderung
Dankbarkeit
Bestätigung
Respekt
Zuspruch
Verständnis
Aufmerksamkeit

Verbundenheit

Intimität
Nähe
Akzeptanz
Ehrlichkeit
Verbindlichkeit
Verständnis
Zugehörigkeit

Sicherheit

Beständigkeit
Privatsphäre
Vertrauen
Ordnung
Klarheit
Gerechtigkeit
Gleichbehandlung
Unterstützung
Kontrolle
Vorhersehbarkeit
Stabilität
Struktur

physische Bedürfnisse

Schlaf
Erholung
Ruhe
Gelassenheit
Lebendigkeit
Rückzug
Ernährung
Gesundheit
Bewegung
Schmerzfreiheit

Freude / Lebendigkeit

Spaß
Freude
Leichtigkeit
Genuss

Verspieltheit
Neugier
Begeisterung

Freie Nutzung und Weitergabe erlaubt. Über eine Namensnennung bzw. Quellenangabe freue ich mich sehr.

@Gedankenwusel.blog