

Lista potrzeb

Potrzeby fizyczne <ul style="list-style-type: none"> • Powietrza • Pożywienia • Wody • Schronienia • Ruchu • Odpoczynku • Snu • Wyrażania swojej seksualności • Dotyku • Bezpieczeństwa fizycznego 	Autonomii <ul style="list-style-type: none"> • wybierania własnych planów, celów i marzeń, Wartości • Wybierania własnej drogi prowadzącej do ich realizacji • Wolności • Przestrzeni • Spontaniczności • Niezależności
Kontakt z samym sobą <ul style="list-style-type: none"> • Autentyczności • Wyzwań • Uczenia się • Jasności • Świadomości • kompetencji • Kreatywności • Integralności • Samorozwoju / Wzrostu • Autoekspresji / wyrażania własnego "ja" • poczucia własnej wartości • Samoakceptacji • Szacunku dla siebie • Osiągnięć • Prywatności • Sensu • Poczucia sprawczości i wpływu na swoje życie • Całości / jedności • Spójności • Rozwoju • Stymulacji, pobudzenia • Zaufania • Świątowania zaspokojonych potrzeb, spełnionych marzeń, planów i oplakiwania niezaspokojonych • Celu 	Związku między ludźmi <ul style="list-style-type: none"> • Przyczyniania się do z bogacania życia • Informacja zwrotnej czy nasze działania przyczyniły się do wzbogacenia życia • Przynależności • Wsparcia • Wspólnoty • Kontakt z innymi • Towarzystwa • Bliskości • Dzielenia się smutkami i radościami; talentami i zdolnościami • Więzy • Uwagi, bycia wziętym pod uwagę • Bezpieczeństwa emocjonalnego • Szczerości • Empatii • Współzależności • Szacunku • Równych szans • Bycia widzianym • Rozumienia i bycia zrozumianym • Zaufania • Ciepła • Otuchy • Miłości • Intymności • Siły grupowej • Współpracy • Wzajemności
Radości Życia <ul style="list-style-type: none"> • Zabawy • Humoru • Radości • Łatwości • Przygody • Różnorodności / urozmaicenia • Inspiracji • Prostoty • Dobrostanu fizycznego i emocjonalnego • Komfortu / Wygody • Nadziei 	Związku ze światem <ul style="list-style-type: none"> • Piękna • Kontakt z Przyrodą • Harmonii • Porządku • Spójności • Pokoju