

ENTDECKE DEINE BEDÜRFNISSE

- 
- Autonomie
 - Selbstbestimmung
 - Wahlfreiheit
 - Authentizität (Ehrlichkeit)
 - Kreativität
 - Sinnhaftigkeit
 - Wertschätzung
 - Sichtbarkeit
 - Selbstwirksamkeit
 - Anerkennung
 - Dankbarkeit
 - Friede
 - Unterstützung
 - Vertrauen
 - Fürsorge (sich kümmern)
 - Gemeinschaft
 - Kooperation
 - gemeinsames Erschaffen
 - Verlässlichkeit
 - Verständnis
 - Freude, Spaß, Humor
 - Zugehörigkeit
 - Gesundheit
 - Erholung
 - Lebendigkeit
 - Ruhe
 - Gelassenheit
 - Leichtigkeit - Einfachheit
 - Achtsamkeit
 - Klarheit
 - Ordnung
 - Struktur
 - Harmonie
 - Schönheit / Ästhetik
 - Liebe
 - Empathie / Mitgefühl