

NatuurSpiegelingen - Behoeften

Een lijst met behoeften als inspiratiebron.

Werkend met de inspiratiekaarten kan deze lijst een hulpmiddel zijn bij het verkennen en ontdekken van (vervulde en onvervulde) behoeften. Bijgevoegde lijst is niet uitputtend, vul deze naar eigen behoefte aan.

aandacht
acceptatie
authenticiteit
autonomie
bekwaamheid
beweging
bijdragen
creativiteit
delen
efficiëntie
eigenwaarde
emotionele veiligheid
ergens bij horen
erkenning
gehoord/gezien worden
gelijkwaardigheid
geruststelling
gezondheid
harmonie
helderheid
inspiratie
integriteit
intimiteit
leren-groeien
liefde
lucht
mededogen

ondersteuning
ontladen
openheid
orde
plezier
privacy
respect
rouwen
ruimte
rust
schoonheid
spelen
spirituele verbondenheid
tederheid
veiligheid
verbinding
vertrouwen
vieren
voeding
voorspelbaarheid
vrede
vrijheid
waardering
zelfexpressie
zelfreflectie
zorgzaamheid