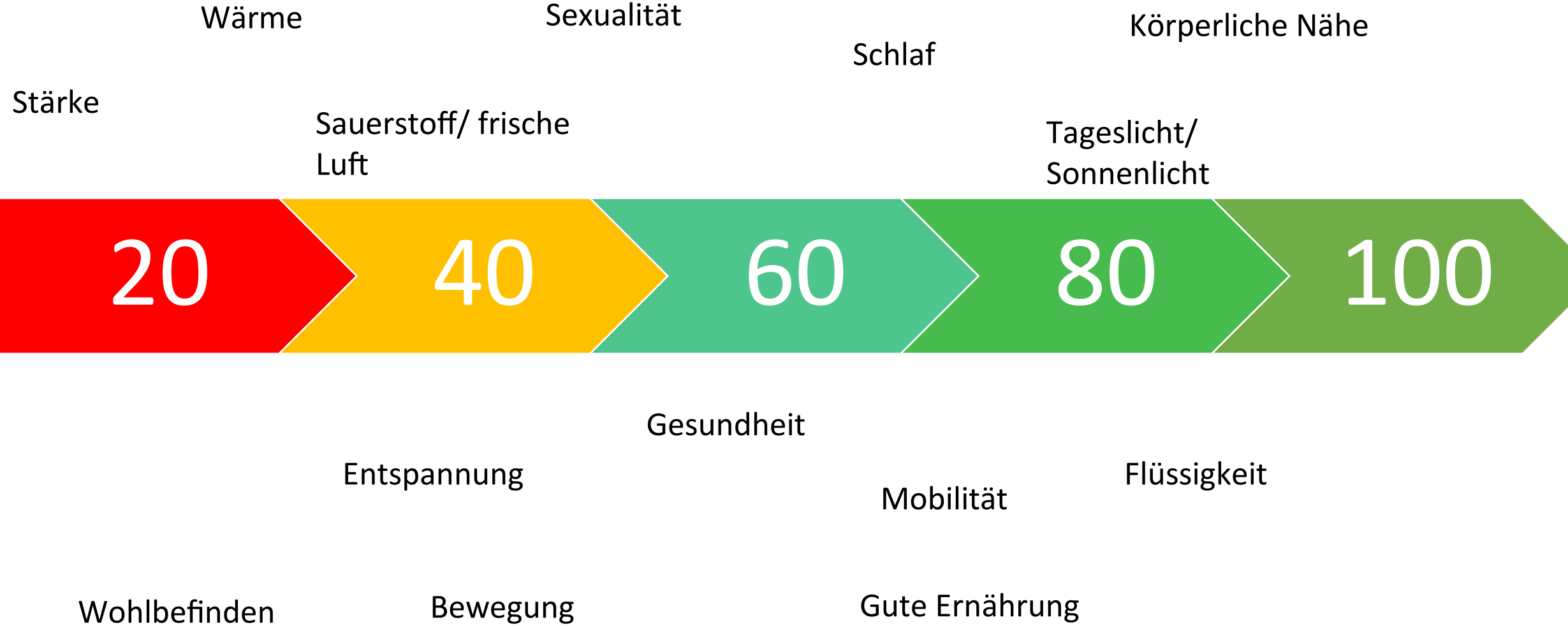


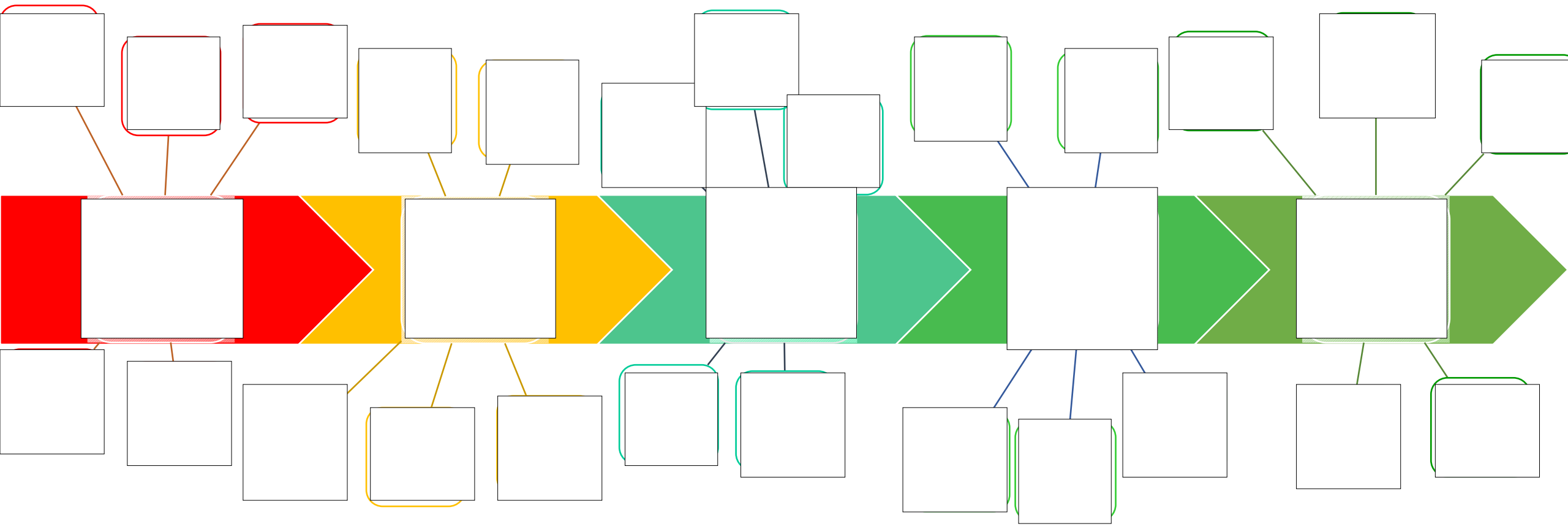


Welche 5 körperlichen Bedürfnisse sind mir besonders wichtig?





Wo und wie stille ich diese 5 körperliche Bedürfnisse ?





Welche 5 seelischen Bedürfnisse sind mir besonders wichtig?

Sicherheit Dankbarkeit Erfolg Anerkennung Empathie Veränderung Spaß Authentizität Zuversicht
 Action Liebe Herausforderungen Freiheit Spiritualität Struktur Wohlbefinden Ehrlichkeit
 Engagement Zielstrebigkeit Zusammenarbeit Wertschätzung Bedeutung



Loyalität Harmonie Aufmerksamkeit Zuverlässigkeit Achtsamkeit Glück Disziplin Vertrauen
 Ausgeglichenheit Sicherheit Verbundenheit Disziplin Glück Vertrauen
 Zugehörigkeit Respekt Vision Disziplin Glück Vertrauen
 Ästhetik Inspiration Gerechtigkeit Euphorie Geborgenheit Abschluss
 Harmonie Aufmerksamkeit Leichtigkeit Sinnhaftigkeit Rücksicht Genuss Mut
 Ausgeglichenheit Sicherheit Zuverlässigkeit Achtsamkeit Selbstwirksamkeit Abenteuer Beständigkeit
 Zugehörigkeit Respekt Vision Disziplin Glück Vertrauen Rückmeldung



Wo und wie stille ich diese 5 seelischen Bedürfnisse ?

