

## Lista potrzeb

<p><b>Potrzeby fizyczne</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- powietrza</li> <li>- pożywienia,</li> <li>- wody,</li> <li>- schronienia,</li> <li>- bezpieczeństwa fizycznego ,</li> <li>- wyrażenia swojej seksualności.</li> </ul>	<p><b>Autonomii</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wybierania własnych planów, celów marzeń i wartości,</li> <li>- wybierania własnej drogi prowadzącej do ich realizacji,</li> <li>- wolności,</li> <li>- przestrzeni,</li> <li>- spontaniczności,</li> <li>- niezależności.</li> </ul>
<p><b>Kontakt z samym sobą</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- autentyczności,</li> <li>- wyzwania,</li> <li>- uczenia się,</li> <li>- jasności,</li> <li>- świadomości,</li> <li>- kompetencji,</li> <li>- kreatywności,</li> <li>- integralności</li> <li>- samorozwoju,</li> <li>- wyrażania własnego ja</li> <li>- poczucia własnej wartości,</li> <li>- poczucia sprawczości i wpływu na swoje życie,</li> <li>- świętowania zaspokojonych potrzeb spełnionych marzeń, planów i opłakiwania niezaspokojonych,</li> <li>- celu.</li> </ul>	<p><b>Związku z innymi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- przyczyniania się do wzbogacania życia,</li> <li>- informacji zwrotnej, czy nasze działania przyczyniły się do wzbogacenia życia,</li> <li>- przynależności,</li> <li>- wsparcia,</li> <li>- wspólnoty,</li> <li>- kontaktu z innymi,</li> <li>- towarzystwa,</li> <li>- bliskości,</li> <li>- szacunku,</li> <li>- równych szans,</li> <li>- empatii,</li> <li>- bycia widzianym,</li> <li>- współzależności,</li> <li>- ciepła,</li> <li>- równych szans,</li> <li>- miłości,</li> <li>- współpracy,</li> <li>- dzielenia się smutkami, talentami i zdolnościami,</li> <li>- bycia wziętym pod uwagę,</li> <li>- bezpieczeństwa emocjonalnego,</li> <li>- zrozumienia i bycia zrozumianym.</li> </ul>
<p><b>Radości życia</b></p>	<p><b>Związku ze światem</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- zabawy,</li> <li>- honoru,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- inspiracji,</li> <li>- prostoty,</li> <li>- piękna,</li> <li>- kontaktu z przyrodą,</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"><li>- radości,</li><li>- łatwości,</li><li>- przygody,</li><li>- różnorodności/urozmaicenia,</li><li>- dobrostanu fizycznego i emocjonalnego.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- nadziei,</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- harmonii,</li><li>- porządku,</li><li>- spójności,</li><li>- pokoju.</li></ul>
---	--	--