

POTRZEBY fizyczne	POTRZEBY autonomii
<p>ruchu odpoczynku / snu wyrażania swojej seksualności / dotyku bezpieczeństwa fizycznego powietrza pożywienia / wody schronienia</p>	<p>wybierania własnych planów, wybierania celów, marzeń, wartości Wybierania drogi realizacji celów wolności przestrzeni spontaniczności niezależności</p>
POTRZEBY kontaktu z samym sobą	POTRZEBY związku między ludźmi
<p>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 / celu poczucia sprawczości i wpływu na swoje życie całości / jedności spójności rozwoju stymulacji / pobudzenia zaufania świętowania zaspokojonych potrzeb, spełnionych marzeń, planów opłakiwania niezaspokojonych potrzeb</p>	<p>przyczyniania się do wzbogacania życia informacji zwrotnej czy nasze działania przyczyniły się do wzbogacenia życia przynależności wsparcia wspólnoty / współpracy kontaktu z innymi / towarzystwa bliskości / więzi dzielenia się smutkami i radościami dzielenia się talentami i zdolnościami 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 / wzajemności</p>
POTRZEBY radości życia	POTRZEBY związku ze światem
<p>zabawy / humoru radości prostoty / łatwości inspiracji / przygody różnorodności / urozmaicenia dobrostanu fizycznego i emocjonalnego komfortu / wygody nadziei</p>	<p>piękna kontaktu z przyrodą harmonii porządku spójności pokoju</p>

UCZUCIA RZEKOME - interpretacje cudzego działanie, za którymi kryją się uczucia trudne	UCZUCIA TRUDNE, gdy nasze potrzeby nie są zaspakajane	UCZUCIA PRZYJEMNE, gdy nasze potrzeby są zaspakajane
ignorowany lekceważony manipulowany naciskany niechciany niedoceniony niedostrzegany niewspierany niezrozumiany odtrącony opuszczony osaczony oszukany podejrzewany pogardzany pomniejszony przeciążony przepracowany przytłoczony sprowokowany stłamszony uciemiężony używany wciągnięty wykorzystany wyzyskany zagrożony zahukany zakrzyczany zaniedbany zawiedziony zdradzony zmuszany zaopiekowany	apatyczny bezradny cierpiący czuję się nieswojo nerwowy niechętny nieszczęśliwy obolały poirytowany pozbawiony nadziei przybity przygnębiony rozczarowany rozdrażniony rozniewany roztrzęsiony samotny sfrustrowany smutny wątpiący wściekły zagubiony zakłopotany zaskoczony zdeenerwowany zdezorientowany zmartwiony zmęczony zniechęcony zniecierpliwiony znudzony zrażony zropaczony	chętny czuję się spełniony czuję ulgę czuły doceniający dumny dynamiczny kochający ochoczy otwarty pełen energii pełen nadziei pewny pobudzony podniecony pogodny poruszony przyjazny radosny silny spokojny swobodny ufny wdzięczny wzruszony zachwycony zadowolony zainspirowany zaskoczony zaspokojony zbudowany zdumiony zrelaksowany