

5 kindliche Grundbedürfnisse

nach Jeffrey Young



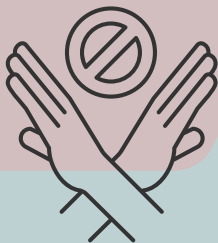
Sicherheit

Bedürfnis nach Schutz, Stabilität, Fürsorge, Empathie, Respekt, Akzeptanz



Autonomie

Bedürfnis nach Selbstbestimmung. Die Möglichkeit, eigene Erfahrungen machen zu können und ggf. auch zu scheitern.



Grenzen

Das Erleben von angemessenen Grenzen und elterlicher Fürsorge, Unterstützung, Begleitung beim Erleben von Frustration.



Bedingungslose Liebe

Die Möglichkeit, sein Wesen & seine Persönlichkeit frei auszudrücken und bedingungslos geliebt zu sein. Das Gefühl, mit den Bedürfnissen gesehen zu werden.



Spiel & Spontanität

Die Möglichkeit, sorglos Kind zu sein, ohne Verantwortung für das Wohl der eigenen Eltern / Geschwister / Familienmitglieder zu stehen.

Feeling-Moved

Beratung | Bewegung | Yoga

