

Eltern und Erziehungsberechtigte

Alle Gefühle auf einen Blick

Die Anzahl Gefühle scheint unbeschränkt. Im Alltag benützen wir häufig dieselben Gefühlsausdrücke – **leider!** Präzise die eigenen Gefühle zu detektieren und der Aussenwelt mitzuteilen, schafft Sicherheit und Verständnis.

angeregt
aufmerksam
aufmerksam
aufrecht
ausgeglichen
beeindruckt
befriedigt
begeistert
belebt
berauscht
beruhigt
berührt
besänftigt
betroffen
bewegt
bezaubert
dankbar
elektrisiert
energiegeladen
enthusiastisch
entspannt
entzückt
erfreut
erfüllt
ergriffen
erleichtert
ermutigt
erregt
erstaunt
erwartungsvoll
fasziniert
frei
friedvoll
fröhlich

gebannt
gelassen
gelöst
gespannt
glücklich
gut gelaunt
harmonisch
heiter
heiter
hilfsbereit
hingerissen
hocherfreut
hoffnungsvoll
humorvoll
in etwas vertieft
inspiriert
interessiert
klar
konzentriert
kraftvoll
lebendig
lebenslustig
leidenschaftlich
liebervoll
lustig
mitfühlend
munter
mutig
nah
neugierig
offen
offenherzig
optimistisch
prickelnd

ruhig
sanft
schelmisch
schwungvoll
sensibel
sicher
spritzig
stark
stolz
tapfer
teilnahmsvoll
überrascht
überschwänglich
überströmend
überwältigt
unbesorgt
verblüfft
verdutzt,
vergnügt
verliebt
vertrauensvoll
verwundert
vital
wach
wachsam
wohl
wütend
zart
zentriert
zerbrechlich
zufrieden

Frühe Kindheit

Alle Bedürfnisse auf einen Blick

VERBINDUNG

Anerkennung, Begleitung, Beständigkeit, Empathie, Geborgenheit, Gegenseitigkeit, Gemeinsamkeit, Intimität, Kommunikation, Liebe, Mitgefühl, Nähe, Respekt / Selbstrespekt, Rücksichtnahme, emotionaler Schutz, Sehen und Gesehen werden, emotionale Sicherheit, Stabilität, Unterstützung, Wertschätzung, Verstehen und verstanden werden, Vertrauen, Wärme, Zugehörigkeit, Zuneigung, Zur Bereicherung des Lebens beitragen, Zusammenarbeit

AUFRICHTIGKEIT

Authentizität, Integrität, Präsenz

SPIEL

Freude, Humor

FRIEDE

Gemeinschaft, Gleichwertigkeit, Harmonie, Inspiration, Leichtigkeit, Ordnung, Ruhe, Schönheit

PHYSISCHES WOHLBEFINDEN

Bewegung, Entspannung, Körperkontakt, Luft, Nahrung, Sexualität, physische Sicherheit, physischer Schutz, Wasser

SINNHAFTIGKEIT

Absicht, Achtsamkeit, Anregung, beitragen können, Bewusstheit, Effektivität, Effizienz, Feiern und Bedauern, Gewissenhaftigkeit, Hoffnung, Klarheit, Kompetenz, Kreativität, Lernen, Selbstentfaltung, Spiritualität, Stimulation, Teilnahme, von Bedeutung sein, Verständnis, Wachstum

AUTONOMIE

Freiheit, Individualität, Raum, Spontanität, Unabhängigkeit, Wahlfreiheit