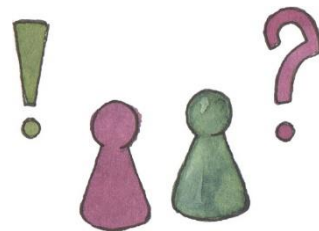


Értéklista

Mi minden kerülhet egy igénytáblázatba? Csak rajtad múlik. De ha leblokkolsz az üres oldaltól, íme egy szöszedet. A lista 70 kifejezést tartalmaz, ami segíthet elkezdeni gondolkodni.



Hozzávalók: kinyomtatott oldalak, 20 perc nyugalom, színes ceruza

1. Nézd végig a listát, és ami megszólít, vagy amire rezonálsz, karikázd be a ceruzáddal.
2. Használd szabad asszociációra a szavakat! Ha valamelyik ebben a formában nem szólít meg, de eszedbe jut róla egy másik kifejezés, vagy te máshogy mondanád ugyanezt vagy valami hasonlót, vagy akár a szöges ellentétét, akkor írd alá és karikázd be azt. Az utolsó oldalon van hely a saját szavaidnak is.
3. Ha végeztél, a bekarikázott kifejezéseket vedd össze az táblázatoddal. Melyikre hol van szükséged? Mi nincs jelen most, és hol legyen jelen? Írd be oda! Ne aggódj, nem kell véglegesre és tökéletesre tudnod a helyét.

AUTENTICITÁS

EGYEDÜLLÉT

BÉKETŰRÉS

EGYENJOGÚSÁG

BIZTONSÁG

ELFOGADÁS

EGÉSZSÉG

ÉLVEZET

EMBERSÉG

HAGYOMÁNY

EMPÁTIA

HATÁROZOTTSÁG

ÉRZÉKENYSÉG

HIT

ESZTÉTIKUM

HITELESSÉG

FEGYELEM

HOZZÁJÁRULÁS

FIGYELEM

HUMOR

FÜGGETLENSÉG

HŰSÉG

GONDOSKODÁS

IDENTITÁSTUDAT

IMPROVIZÁCIÓ

KÍVÁNCISISÁG

INDIVIDUALIZMUS

KÖLCSÖNÖSSÉG

IZGALOM

KOMFORT

JELENLÉT

KOMOLYSÁG

KALAND

KÖNNYEDSÉG

KIHÍVÁS

KONTROLL

KISZÁMÍTHATÓSÁG

KÖTŐDÉS

KIVÁLÓSÁG

KÖVETKEZETESSÉG

KÖZELSÉG

ODAFORDULÁS

LAZASÁG

ÖNÁLLÓSÁG

LELKIISMERETESSÉG

ÖNKIFEJEZÉS

MEGBECSÜLTSG

ÖSSZETARTOZÁS

MÉRTÉKLETSSÉG

ŐSZINTESÉG

MOTIVÁCIÓ

PÖRGÉS

NYUGALOM

PRECIZITÁS

ODAADÁS

RÉSZVÉTEL

SZABADSÁG

TUDATOSSÁG

SZENVEDÉLY

VALAHOVA TARTOZÁS

SZERETET

VÁLTOZATOSSÁG

SZORGALOM

VIDÁMSÁG

TARTÁS

TERMÉSZETESSÉG

TISZTELET

TISZTESSÉG