# Existenzielle Grundmotivationen (EA)

V 1.0

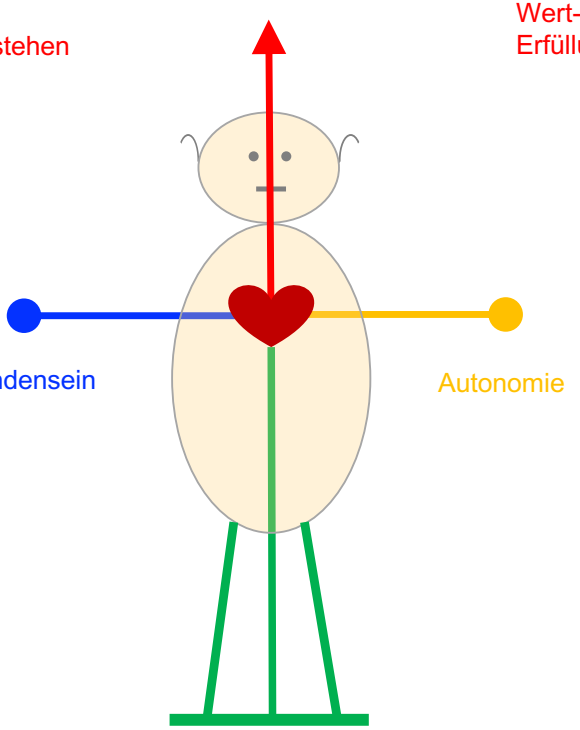
## Ausrichtung
## Aufrichtung
## Zukunft
## **Entwicklung**
## **Kontext / Sinn**

Grösserer Kontext
Ausrichtung auf Wertvolles
Zukunft
Perspektive
Ausrichtung
Entwicklung
Potential entfalten
Zusammenhänge verstehen

Mitwirken können, benötigt sein
Wertvolles Tätigkeitsfeld haben
Zu Grösserem/Ganzen beitragen
Engagement, sich einlassen
Entscheiden, Handeln, Verantwortung
Erfolg, Fortschritt, Zuversicht
Wert- und Sinnvolles tun
Erfüllung

## Mein Leben

**Mögen, Verbundensein**
Das Leben als gut erleben
Mögen, Werte, Gutes
Wert- und Bedeutungsvolles erleben
Fühlen
In-Beziehung-Sein
Beziehungen
Dazugehören
Gemocht werden
Solidarität, Unterstützung
Miteinander, 'Wir'
Fülle, Freude
Liebe
Zeit haben
Vitalität, Gesundheit, Energie




## Selbstsein

**Autonomie, Selbstbestimmung**
**Authentizität**
Individualität, Identität
Autorität, Selbstwert, Ich-Stärke
Beachtung, gesehen werden
Ernst genommen werden
Gerechtigkeit
Anerkennung, Wertschätzung, Respekt
Abgrenzung
Resonanz, Feedback, Ehrlichkeit
Begegnung, Dialog, Auseinandersetzung
Gewissen, Moral, Ethik
Zustimmung, Freiwilligkeit
*Persönlich* handeln und leben
Selbsttreue, Integrität, Würde

## Sein-Können

Sicherheit
Angstfreiheit
Vertrauen
Halt
Schutz
Raum
Können

## Welt

Boden
Realität
Gegenwart

Freiräume, Möglichkeiten
Stabilität, Kontinuität
Ordnung
Verlässlichkeit
Rückhalt, Loyalität, Treue
Selbstvertrauen, Mut
Wahrhaftigkeit
Realitätsbezug

**Stimmigkeit**
Kohärenz, Konkordanz
Übereinstimmung
Balance, Harmonie
Herz, Mitte, Tiefe, Wesen

© Stefan Marti, www.st-marti.ch
Basis: Alfried Längle, EA