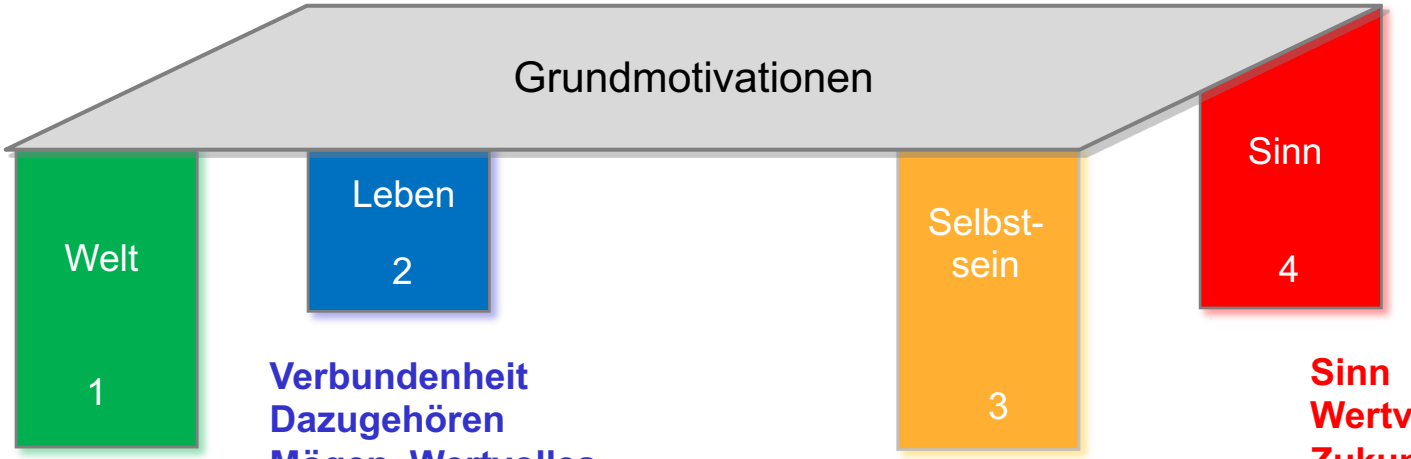
Existenzielle Grundmotivationen



Sein-Können
Halt, Vertrauen
Kompetenz

Sein-Können
Sicherheit, Angstfreiheit
Schutz, Raum, Halt
Kompetenz, Lernen
Selbstvertrauen, Mut
Freiraum, Spielräume
Möglichkeiten
Stabilität, Ordnung
Verlässlichkeit
Rückhalt, Treue
Wahrhaftigkeit
Gelassenheit
Annehmen und aushalten
Realitätsbezug, Boden

Verbundenheit
Dazugehören
Mögen, Wertvolles

Qualität des Daseins
Gefühle
Wohlbefinden, Mögen
Freude, Genuss
Gemocht werden
Gemeinschaft, Bindung
Geborgenheit, Wärme
Liebe
Solidarität, Unterstützung
Tragfähige, verbindliche Beziehungen
Beziehung, Zeit, Nähe
Werte, Wertvolles
Gutes, Fülle
Dankbarkeit
Gesundheit
Lebendigkeit, Vitalität

Selbstsein-Dürfen
Autonomie, Selbstwert
Wertschätzung

Individualität, Identität
Authentizität, Autorität
Selbstbestimmung, Autonomie
Selbstwert
Beachtung, gesehen werden
Gerechtigkeit
Wertschätzung, Anerkennung
Respekt
Begegnung, Resonanz
Auseinandersetzung
Zustimmung
Abgrenzung
Würde
Selbsttreue, Integrität

Sinn
Wertvolles tun
Zukunft haben

Sinn
Perspektive, Richtung, Zukunft
Entwicklung zu Wertvollem
Zusammenhänge verstehen
Wertvolles *Tätigkeitsfeld*
Beitrag leisten, benötigt sein
Wertvolles in die Welt bringen
Verantwortung übernehmen
Entscheiden, handeln, tun
Aktiv gestalten, wirken
Etwas bewirken
Geben
Engagement, sich einlassen
Inneres Beteiligtsein
Erfolg, Fortschritt, Zuversicht
Erfüllung

Stefan Marti

Quelle: Alfried Längle, Existenzanalyse
Leicht verändert