|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Elem tartalma: Érzéslista szükségletekkel** | | Kategória: egyéb |
| Szerkesztő: Dr. Farkas László | | Esemény: Tábor |
| Kapcsolódó téma: Kapcsolataink | Kapcsolódó előadás: „Adj innom” Kapcsolataink befelé, kifelé, felfelé, a tábor négy lelkészi előadása | |
| Régió: Összrégió | Település: | Időpont: 2010.07. |

Kapcsolódó anyagok:

**Főelőadások négy az egyben:**

2010\_07\_kapcsolataink\_kapcsolataink\_befele\_kifele\_felfele\_foeloadas\_ossz\_tabor

**Főelőadások:**

2010\_07\_kapcsolataink\_kapcsolat\_onmagunkkal\_foeloadas\_ossz\_tabor

2010\_07\_kapcsolataink\_a\_kommunikacio\_alapszabalyai\_foeloadas\_tabor\_ossz

2010\_07\_kapcsolataink\_kapcsolataink\_embertarsainkkal\_es\_baratainkkal\_foeloadas\_ossz\_tabor

2010\_07\_kapcsolataink\_fiu\_lany\_kapcsolat\_foeloadas\_ossz\_tabor

**Csoportfoglalkozás, lelki ív:**

2010\_07\_kapcsolataink\_szemlelteto\_abra\_imaleiras\_csoportfoglalkozas\_lelkiiv\_ossz\_tabor

**Elmélkedés:**

2010\_07\_kapcsolataink\_elmelkedes\_Jezus\_es\_a\_szamariai\_asszony\_talalkozasarol\_egyeb\_ossz\_tabor

**Egyéb:**

2010\_07\_kapcsolataink\_erzes\_es\_szukseglet\_lista\_egyeb\_ossz\_tabor

2010\_07\_kapcsolataink\_\_banya\_es\_a\_lany\_egyeb\_ossz\_tabor

Törzsanyag:

*Ez a dokumentum a Kapcsolataink tábor négy lelkészi előadásaihoz kapcsolódó érzés- és szükségletlista.*

Szükségletek:

•Béke

•Érzelmi biztonság

•Fizikai biztonság

•Egyensúly

•Egyszerűség

•Harmónia

•Humor

•Játék

•Kényelem

•Pihenés

•Szépség

•Szórakozás

•Hitelesség

•Önelfogadás

•Önkifejezés

•Öntisztelet

•Szeretet

•Kaland

•Kihívás

•Kreativitás

•Tanulás

•Nyugalom

•Barátság

•Bátorítás

•Gyengédség

•Gondoskodás

•Helyreállítás

•Közelség

•Őszinteség

•Támogatás

•Valahova tartozás

•Visszajelzés

•Cél

•Hozzájárulás

•Szabadság

•Egészség

•Tér

•Választás

•Levegő

•Élelem

•Mozgás

•Pihenés

Néhány érzés, amikor kielégülnek a szükségleteim:

•Nyitottság

•Békés

•Bizakodó

•Boldog

•Bódult

•Derűs

•Elámult

•Elégedett

•Elragadtatott

•Energikus

•Érdeklődő

•Felcsigázott

•Feldobott

•Felfrissült

•Felszabadult

•Hálás

•Ihletett

•Izgatott

•Jókedvű

•Kipihent

•Lelkes

•Szórakozott

•Teljes

•Örömteli

•Vidám

•Várakozó

Néhány érzés, amikor nem elégülnek ki a szükségleteim:

•Aggódó

•Bizonytalan

•Búbánatos

•Csalódott

•Döbbent

•Egykedvű

•Elámult

•Elkedvetlenedett

•Elkeseredett

•Erőtlen

•Fáradt

•Felcsigázott

•Félelem

•Feszült

•Kétségbeesett

•Kiábrándult

•Kimerült

•Komor

•Magányos

•Megdöbbent

•Megrémült

•Tanácstalan

•Tehetetlen

•Undorodott

•Üres

•Zavart •Szorongó

Eszközigény: