



מלב אל לב - תקשורת מקרבת (לא אלימה) Nonviolent Communication

צרכים אוניברסליים

פיזיים

אוכל | אוויר | אינטימיות | ביטחון | ביטוי מיני | בריאות | מגע | מחסה | מים | מנוחה

הנאה

ביטוי עצמי | הנאה | זרימה | חגיגה | חופש | יופי | למידה
משחק | קלות | שינוי - גוון | שעשוע | תנועה

חיבור

אהבה | אוטנטיות | אישור | אמון | אמפתיה | אמת | גמישות | הבנה | הדדיות | הכרה | הערכה
הקשבה | הרמוניה | התחשבות | חמלה | יושר | כבוד - נראות | כנות | מרחב | נתינה | ערך עצמי
קבלה | קהילה | קירבה | קשר | שותפות | שייכות | שלום | שקט | תמיכה | תשומת לב

משמעות

אוטונומיה | אחריות | איזון | אמונה | אסתטיקה | בהירות | בחירה | הגשמה
הכרת תודה | הצלחה | השראה | התפתחות אישית | ודאות | יופי | יושרה | יעילות
יצירתיות | מודעות | מיקוד | למידה | מקצועיות | נאמנות | סדר | עצמאות | צמיחה
שלמות | תלות הדדית | תקווה | תרומה לזולת

יעל בריסקר - מנחה, מטפלת ומגשרת

דף מלב אל לב תקשורת מקרבת | 050-7480561 | yael.brisker@gmail.com | 