

1.sz. Melléklet a "Vesztesmentes konfliktuskezelés" eszközhöz

**Szükségletek listája az erőszakmentes kommunikációhoz**  
 Center for Nonviolent Communication 2005

<b>KAPCSOLAT</b>	<b>KAPCSOLAT folytatás</b>	<b>ŐSZINTESÉG</b>	<b>JELENTŐSÉG</b>
elfogadás	biztonság	hitelesség	tudatosság
ragaszkodás	stabilitás	integritás/ sérthetlenség	életigenlés
megbecsülés	támogatás	jelenlét	kihívás
valahová tartozás	ismerni vkit és ismertnek lenni	<b>JÁTÉK</b>	tisztaság,
együttműködés	látni és látszani	vidámság	kompetencia
kommunikáció	megérteni és megértve lenni	humor	tudatosság
közelség	bizalom	<b>BÉKE</b>	hozzájárulás
közösség	melegség	szépség	kreativitás
társaság	<b>TESTI JÓLLÉT</b>	lelki közösség	felfedezés
részvét	levegő	megnyugvás	teljesítmény
kímélet	élelem	egyenlőség	hatékonyság
következetesség	mozgás/testgyakorlás	harmónia	fejlődés
empátia	pihenés/alvás	inspiráció	remény
befogadás	szexualitás kifejezése	rend	tanulás
intimitás	biztonság	<b>AUTONÓMIA</b>	gyász
szerelem	menedék	választás	részvétel
kölcsönösség	érintés	szabadság	cél
gondozás	víz	függetlenség	önkifejezés
tisztelet/önbecsülés		tér	ösztönzés
		spontaneitás	fontosnak lenni
			megértés

Ez az eszköz a CroCooS – Előzzük meg a lemorzsolódást! című projekt keretében készült. Az Európai Bizottság támogatást nyújtott ennek a projektnek a költségeihez. Ez a kiadvány a szerző nézeteit tükrözi, és az Európai Bizottság nem tehető felelőssé az abban foglaltak bármilyen felhasználásért. Az eszközt megtalálja a projekt weboldalon: [crocoos.tka.hu](http://crocoos.tka.hu)

CroCooS Toolkit by [CroCooS partnership](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License](#). Based on a work at <http://crocoos.tka.hu>. Permissions beyond the scope of this license may be available at <http://crocoos.tka.hu>. For more information about this CC license, visit [this site](#).

