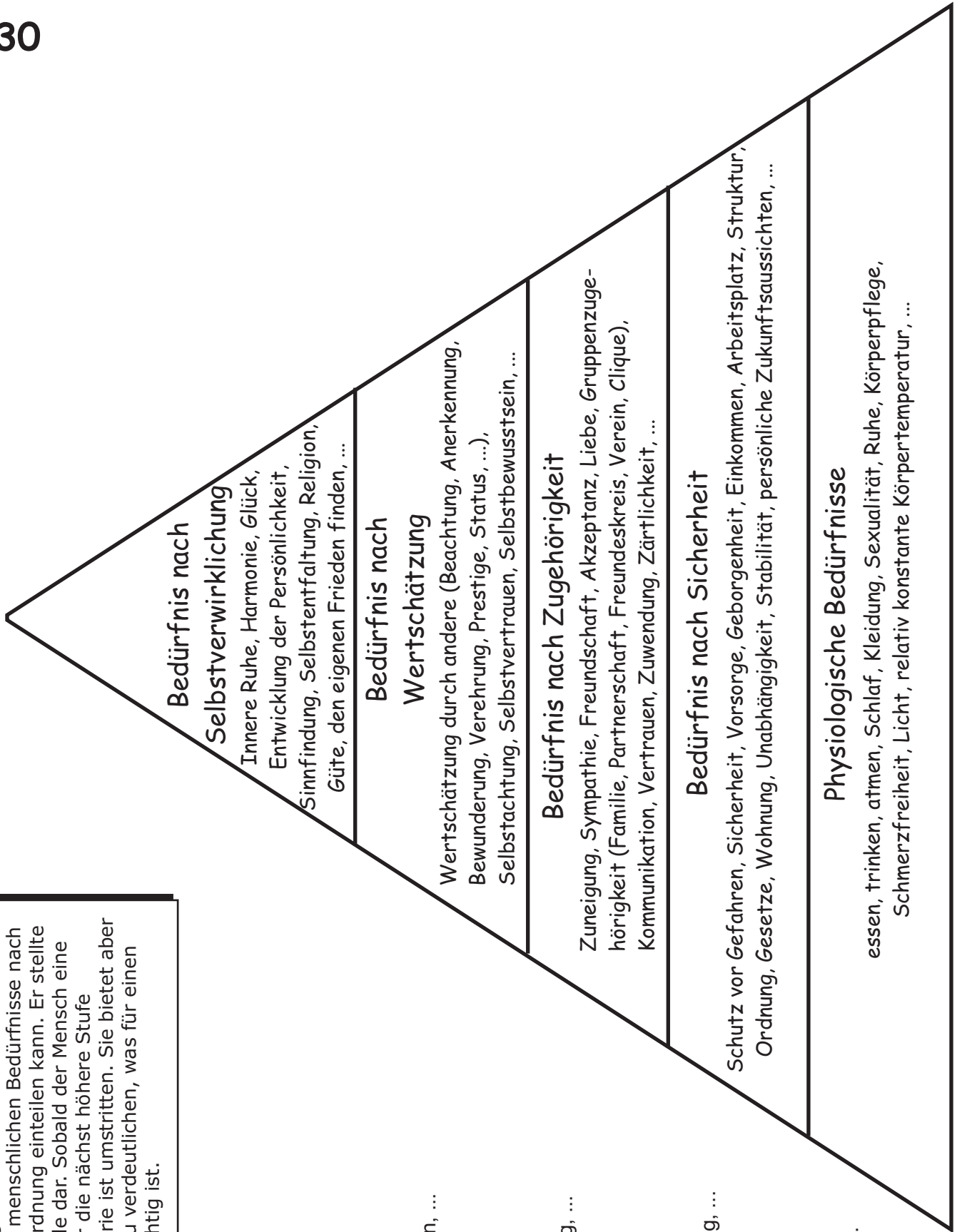


Bedürfnispyramide (nach Maslow)

Der amerikanische Psychologe Abraham Maslow erforschte gesunde und glückliche Menschen und entdeckte, dass man die menschlichen Bedürfnisse nach einer bestimmten Rangordnung einteilen kann. Er stellte es in Form einer Pyramide dar. Sobald der Mensch eine Stufe erreicht hat, will er die nächst höhere Stufe erreichen. Maslows Theorie ist umstritten. Sie bietet aber gute Anregungen, sich zu verdeutlichen, was für einen selbst wichtig und unwichtig ist.



ruhelos, rastlos,
nervös, angespannt, ...



Frust, schwach, hilflos,
wertlos, zurückgestoßen, ...



Einsamkeit, Entfremdung, ...



Angst, Furcht, Bedrohung, ...



krank, gereizt, unwohl, ...

