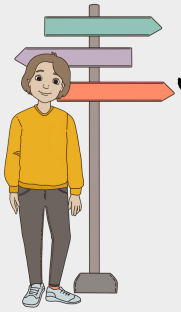


ARVOPYRAMIDI

Mikä on minulle elämässäni tärkeää ja arvokasta?

Tukena

Unelma, jota kohden haluan mennä.

5. Itsensä ylittäminen

Kiinnostuksen kohteet
Harrastukset
Haluan toimia ja vaikuttaa näissä asioissa.

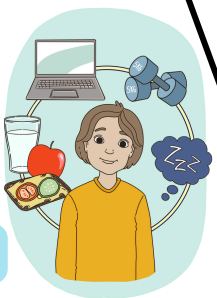
4. Itsensä toteuttaminen

Mitkä ovat vahvuuteni?
Miksi olen hyvä tyyppi?

3. Itsekunnioitus & arvostus

Ihmissuhteet
Yhteenkuuluvuus
Fyysinen läheisyys

2. Yhteenkuuluvuus & rakkaus



Uni
Ruoka
Lääkkeet
Rutiinit

1. Turvallisuus, fyysiset & biologiset tarpeet

Etene alhaalta ylöspäin

ALOITA TÄSTÄ