

# Bewusste Selbstbeziehung



## Situation

1. Wo genau verliere ich meine Gelassenheit / mein Erwachsenenbewusstsein
2. Was nehme ich jetzt gerade in mir wahr?
3. Wie schaue jetzt gerade auf mich? ( verständnisvoll – kritisch)



In den Armen  
einer gütigen  
Wesenheit:

Welche Bedürfnisse  
rufen?

- Freiraum?
- Kontakt?
- Respekt?
- Ruhe?
- Unterstützung?



Erinnert mich  
das an Früher?



Schönheit  
der  
Bedürfnisse

Wie wäre das, wenn ich ganz dafür sorgen könnte,  
dass diese Bedürfnisse sich erfüllen?



In die  
Mokassins  
meines  
Kindes  
schlüpfen

Sichtbares Verhalten



Dahinter liegende  
Bedürfnisse

- Spiel?
- Eigenständigkeit?
- Kontakt / Bindung
- Wahrnehmung
- Orientierung?