



Монтессори Весна 2026

**ОХ, УЖ ЭТИ КОЛЛЕГИ!
СИСТЕМА ОРГАНИЗАЦИИ.**



проект
«Уроки Мира»

представляет





ПЛАН

РАЗМИНКА

ЖИВО (КАРТИНЫ)
КОНЕЧНО (КАРТИНЫ)
СМОТРИМ С
ТЕПЛОТОЙ
МЫСЛИМ СЕБЯ КАК
ИНСТРУМЕНТ



ЖИВАЯ СИСТЕМА

ЖИВАЯ СИСТЕМА
И ГРЯНУЛ ГРОМ
РОЛИ ПЕДАГОГА
ИЕРАРХИЯ
ПЕДАГОГ И
РОДИТЕЛЬ
Я — ЧАСТЬ ЦЕЛОГО:
КОНЕЧНО

ГРАНИЦЫ

НАРУШИТЕЛИ
СИГНАЛЫ
ОБОЗНАЧАЕМ
ВЕРНЕМСЯ В СЕБЯ
ГРАНИЦА — МЕСТО
ЖИЗНЕТВОРЧЕСТВА

РОЛИ

РОЛИ ПЕДАГОГА
СЛУЖЕНИЕ
РУКОВОДСТВО
ЧТО БЕРЕМ В
ПРАКТИКУ
СОБИРАЕМ
БУКЕТ ДАРОВ





**ЕЛЕНА
АПАРЦЕВА**



**ОЛЬГА
БЕЛУСОВА**



**МАРИЯ
ДМИТРИЕВА**



Мы — как сообщество



ЕЛЕНА АПАРЦЕВА



- Основатель и руководитель частного сада и школы в Королёве «Моя Вселенная», более 200 выпускников детского сада и школы.
- Монтессори педагог для детей от рождения до 18 лет, практика работы с семьями более 15 лет.
- Психолог, работа через арт-визуальные практики, нейроарт.
- Фасилитатор сотрудничества, медиатор.
- Спикер конференций для родителей и педагогов, работа с залом аудитории более 300 участников (также для Монтессори весна, Учи.ру, Фоксфорд, Федеральный Подростковый центр)
- Соавтор проекта про ненасильственное общение, эмоциональный интеллект и поддержку для педагогов «Уроки Мира».
- Соавтор курса для педагогов «Конфликты и буллинг».
- Мама двух дочек 15 и 19 лет.





Im Garten (В саду), ок. 1910
Картон, масло, 69,5 × 97 см

Ольга Визингер-Флориан (1844–1926)





Arab Horses
Fighting in a
Stable, 1860
Холст, масло,
64,6 × 81 см

Эжен Делакруа
(1798–1863)





Фрукты, птица, лягушка и насекомые в лесу
Рашель Рюйш (1664–1750) 1717
Холст, масло
93 x 74 см



1 3 12
3 5 0
3 0 0
4 0 0
5 0 0
9 8
4 0 0
7 2
3 0 0
3 0 0
4 0 0
5 0 0
4 0 0
3 0 0
3 0 0



Портрет папы Никонтия X, ок. 1650
Холст, масло, 140 × 119 см
Диего Веласкес (1599–1660)





За туалетом.
Автопортрет, 1909
Холст на картоне, масло,
75 × 65 см

Серебрякова Зинаида
Евгеньевна (1884–1967)





Handwritten numbers in a cursive script, including 1 3 12, 3 5 0, 3 0 0, 4 0 0, 5 0 0, 9 8, 4 0 0, 7 2, 3 0 0, and 3 0 0.

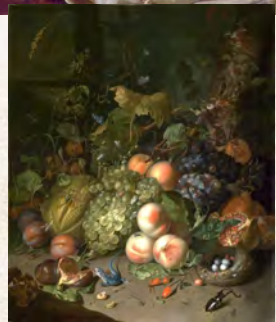


Уроки Мира

Беление холста, 1917 Холст,
масло 141.8 x 173.6 см Зинаида
Евгеньевна Серебрякова (1884
—1967)



ЖИВО
КОНЕЧНО





Смотрим с теплотой

- 🍊 Посмотрим с теплотой на все наше сообщество на экране.
- 🍊 Найти в себе место теплоты к сообществу. Даже, если она с булавочную головку.
- 🍊 Посмотрим с теплотой на себя, как часть этого сообщества.



Резюме

Мы завершили растяжку, настроили себя-инструмент. Важно для снижения чувствительности нашего миндалевидного тела и повышения устойчивости.

Как думаете, как эти практики связаны с темой эмоций педагога и организма организации?

1. Смотрим на себя и других с теплотой.
2. Что во мне живо?
3. Ставим намерение для себя — части целого.

Виолончелист (Портрет Улаупа Шеклюда), 1894. Масло, холст. Поль Гоген (1848-1903).





ПЛАН

РАЗМИНКА

ЖИВО (КАРТИНЫ)
КОНЕЧНО (КАРТИНЫ)
СМОТРИМ С
ТЕПЛОТОЙ
МЫСЛИМ СЕБЯ КАК
ИНСТРУМЕНТ

ЖИВАЯ СИСТЕМА

ЖИВАЯ СИСТЕМА
И ГРЯНУЛ ГРОМ
РОЛИ ПЕДАГОГА
ИЕРАРХИЯ
ПЕДАГОГ И
РОДИТЕЛЬ
Я — ЧАСТЬ ЦЕЛОГО:
КОНЕЧНО



ГРАНИЦЫ

НАРУШИТЕЛИ
СИГНАЛЫ
ОБОЗНАЧАЕМ
ВЕРНЕМСЯ В СЕБЯ
ГРАНИЦА — МЕСТО
ЖИЗНЕТВОРЧЕСТВА

РОЛИ

РОЛИ ПЕДАГОГА
СЛУЖЕНИЕ
РУКОВОДСТВО
ЧТО БЕРЕМ В
ПРАКТИКУ
СОБИРАЕМ
БУКЕТ ДАРОВ





Сад корпоративной культуры : живая система организации

- бирюзовые организации
- холакратия
- социократия
- и др.



Дама в саду Сент-Адресс. 1867
фр. *Dame en blanc au jardin*
холст, масло.
82 × 101 см
Клод Моне
Государственный Эрмитаж, Санкт-Петербург



Законы социального организма: вдохновение и настрой

- знать и замечать потребности коллектива
- больше контакта внутри коллектива
- общие встречи
- разные встречи
- обучение
- решение сложных задач
- разрешение конфликтов: Куда приносить? Когда?



Дама в саду Сент-Адресс. 1867
фр. *Dame en blanc au jardin*
холст, масло.
82 × 101 см
Клод Моне

Государственный Эрмитаж, Санкт-Петербург



РОЛИ ПЕДАГОГА

Их много. Основные наши роли:

- 1. Подчиненные:** Мы исполняем поручения администрации и поддерживаем систему.
- 2. Учительница, наставница, лектор, репетитор:** Мы управляем процессом обучения и принимаем решения.
- 3. Коллега:** Мы участвуем в профессиональном сообществе на равных и сотрудничаем с родителями.

Добавьте ваши мысли и роли

Важно дать признание своим ролям

Подарим видимость истории за каждой ролью





РОЛИ ПЕДАГОГА

Их много. Основные наши роли:

- 1. Подчиненные:** Мы исполняем поручения администрации и поддерживаем систему.
- 2. Учительница, наставница, лектор, репетитор:** Мы управляем процессом обучения и принимаем решения.
- 3. Коллега:** Мы участвуем в профессиональном сообществе на равных и сотрудничаем с родителями.

Важно дать признание своим ролям

Подарим видимость балансу сил в каждой роли

Иерархия (от др.-греч. ἱεραρχία, из ἱερός «священный» и ἀρχή «правление») — порядок подчинённости низших звеньев высшим, организация их в структуру типа дерева; принцип управления в централизованных структурах..

Ситуативно подчинённость может возникать по горизонтальному принципу, Это качество гибкости системы управления.



ПЕДАГОГ И РОДИТЕЛЬ: ИЕРАРХИЧЕСКИЕ ПОДТЕКСТЫ

Родитель как заказчик:

- Родители могут воспринимать себя теми, кто вправе требовать, учить учителей и организовывать учебный процесс.
- Иерархия часто проявляется, когда родители ведут себя с позиции выше.

Учительство как эксперты:

- Родители могут признать, свои ограничения в знаниях, и что не обязаны и не имеют возможности знать детскую психологию и методологию преподавания.
- Важно опираться на знания и ресурсы учителей, что создает другую иерархию, где учителя выступают как эксперты.

Фактор доверия:

Доверие между педагогами и родителями является ключевым. Взаимное уважение и признание ролей помогают строить эффективное сотрудничество.





И грянул гром*

Были ли в вашей педагогической практике, когда действия или поведение человека, не занимавшего руководящую позицию в организации, оказали значительное влияние на всю организацию и создали сложности.

Можно опираться на вопросы:

1. Кто был основным участником этой истории?
2. Какие именно действия или поведение этого человека оказали влияние на коллектив?
3. Как это сказалось на других участниках коллектива и на организации в целом?
4. Какие трудности возникли из-за этой ситуации?

Пример

Учительница наставляет на своем, угрожая уйти в середине года. Это создает напряжение среди коллег и родителей, а в итоге может даже привести к тому, что родители начнут забирать своих детей из школы.

Когда мы осознаем силу своего влияния, у нас появляется возможность влиять на окружающих осознанно и позитивно.

** Раздавите ногой мышь — это будет равносильно землетрясению, которое исказит облик всей земли, в корне изменит наши судьбы. Гибель одного пещерного человека — смерть миллиарда его потомков, задушенных во чреве. Может быть, Рим не появится на своих семи холмах. Европа навсегда останется глухим лесом, только в Азии расцветет пышная жизнь.*

Наступите на мышь — и вы сокрушите пирамиды. Наступите на мышь — и вы оставите на Вечности вмятину величиной с Великий Каньон.

Не будет королевы Елизаветы, Вашингтон не перейдет Делавер. Соединенные Штаты вообще не появятся.

Так что будьте осторожны. Держитесь тропы. Никогда не сходите с неё!

— Брэдли Р. «И грянул гром» в переводе Л. Жданова



Взаимность, общность

**Я влияю даже тем,
что молчу и не
высказываюсь.**

**Влияю на всю
команду.**

**Есть единая
команда всего
центра и это
связывает всех.**





Мы — часть организма

Наблюдаем себя, как часть целого.

Каждый и каждая из нас влияет на организацию своими поступками, даже самыми маленькими.

«Когда мы говорим, что человек сам себя выбирает, мы имеем в виду, что каждый из нас выбирает себя, но тем самым мы также хотим сказать, что, выбирая себя, мы выбираем всех людей.»

Действительно, нет ни одного нашего действия, которое, создавая из нас человека, каким мы хотели бы быть, не создавало бы в то же время образ человека, каким он, по нашим представлениям, должен быть. Выбрать себя так или иначе означает одновременно утверждать ценность того, что мы выбираем, так как мы ни в коем случае не можем выбирать зло. То, что мы выбираем, — всегда благо.

Но ничто не может быть благом для нас, не являясь благом для всех».

«Экзистенциализм — это гуманизм», 1946 г. Жан Поль Сартр



Практика признания:

Наблюдаем себя, как часть целого.



В рабочей тетради, или в заметках, или на любом листочке:

- 1. Какие мысли поднимаются, когда вы смотрите на свои роли и на себя как часть целого коллектива.**
2. Выпишите или нарисуйте.
3. Обведите их линией, облачком, как угодно. Обозначьте границу.
4. Напишите на листе «**Конечно**» к этим мыслям. Дайте им признание.



ПЛАН

РАЗМИНКА

ЖИВО (КАРТИНЫ)
КОНЕЧНО (КАРТИНЫ)
СМОТРИМ С
ТЕПЛОТОЙ
МЫСЛИМ СЕБЯ КАК
ИНСТРУМЕНТ

ЖИВАЯ СИСТЕМА

ЖИВАЯ СИСТЕМА
И ГРЯНУЛ ГРОМ
РОЛИ ПЕДАГОГА
ИЕРАРХИЯ
ПЕДАГОГ И
РОДИТЕЛЬ
Я — ЧАСТЬ ЦЕЛОГО:
КОНЕЧНО

ГРАНИЦЫ

НАРУШИТЕЛИ
СИГНАЛЫ
ОБОЗНАЧАЕМ
ВЕРНЕМСЯ В СЕБЯ
ГРАНИЦА — МЕСТО
ЖИЗНЕТВОРЧЕСТВА



РОЛИ

РОЛИ ПЕДАГОГА
СЛУЖЕНИЕ
РУКОВОДСТВО
ЧТО БЕРЕМ В
ПРАКТИКУ
СОБИРАЕМ
БУКЕТ ДАРОВ





Границы педагога : нарушители !

Давайте оглянемся вокруг и посмотрим на нарушителей только в рамках профессиональной жизни!

1. Учащиеся
2. Коллеги
3. Родители
4. Администрация
5. Вспомогательный персонал учреждения: повара, охрана и прочие соратники на поле битвы
6. Ваши дополнения _____

Что вы заметили, кто часто нарушает ваши границы ?

Часто педагогам приходится держать оборону своих границ. Когда же работать ?





Границы : сигналы тревоги

Наши эмоции — верные сигналы нарушения границ. Если кажется, то не кажется.

Например :

Раздражение и злость → накапливаются, превращаются в постоянное напряжение.

Обида → порождает чувство несправедливости и уменьшает мотивацию.

Беспомощность → снижает уверенность и приводит к пассивному поведению.

Нарушение границ → **Неприятные и истощающие чувства** → **Усталость** → **Эмоциональное выгорание**





Линия уважения — что и как нарушают?

Какие пункты для вас самые актуальные?

Тело : слишком близко, прикосновение без спроса.

Территория : использование личного стола, кабинета или уголка без разрешения.

Вещи : использование личных предметов без разрешения.

Имя : неуместное использование уменьшительно-ласкательных форм.

Время : просьбы задержаться или забрать личное время без предварительного согласования.

Ответственность : вмешательство в учебный процесс или несогласованные изменения в расписании.

Ценности и образ жизни : попытки изменить педагогические и жизненные подходы без согласия; игнорирование личных чувств или убеждений педагога.

Нарушение границ → **Неприятные и истощающие чувства** →

Усталость → **Эмоциональное выгорание**





Г р а н и ц ы : о б о з н а ч а е м

Личные пространство и вещи. Личное королевство! Заходить только с разрешения. Не трогать без спроса. Ни вещи, ни педагога.

Имя и обращение. Официально! Без "милый", "дорогой", "красотка". Педагог — профессионал, а не домашний питомец. Но вообще — лучше договориться. Вдруг вы хотите, чтобы вас называли Маэстро?

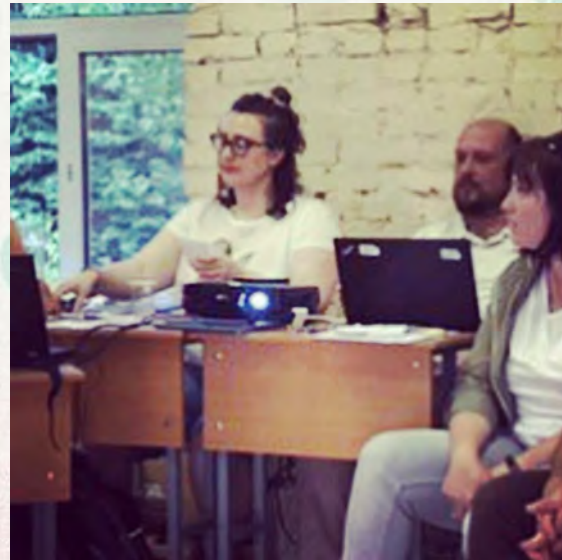
Время. Соблюдаем расписание. Звонок для учителя! и рабочие часы — тоже.

Профессиональное. Должностные обязанности не только для того, чтобы в отделе кадров лежать. Не больше, и не меньше.

Достоинство. Уважение к убеждениям и открытый диалог. Всё обсудим! Орать тоже не надо. Разговариваем.

**Какие границы вам сложнее всего обозначить?
Запишите себе для фокуса внимания.**

Сила и ресурс: Очень здорово, когда это все на уровне общих правил, когда школа (организация) помогает. Когда в организации принимают хартию о политике школы по этим вопросам.





КАКОСТЫТЬ. И БЫСТРО

свеча и аромат



подарок в
канале
Уроки
Мира

Дыхание :

Свеча и аромат

Пение — это художественно оформленное дыхание. Мне так грустно, что хочется петь и танцевать.

Выйти из помещения.

Хотя бы повернуться **спиной** .

Пройтись , особенно там, где есть природа: небо, деревья, кусты. Остываем

Прохладная вода на запястья или лицо. Остываем.

Наложение рук :

«**Я думаю** » — положите руку на лоб, чтобы осознать свои мысли и понять, что происходит в вашем сознании. Наблюдения часто проявляются сами.

«**Я чувствую** » — положите руку на грудь, чтобы признать свои эмоции и чувства.

«**Для меня важно** » — положите руку на живот, чтобы понять свои потребности, что вам нужно. И почувствовать свою внутреннюю устойчивость.



Г р а н и ц ы : н а п р я ж е н и е

О щ у щ е н и е у я з в и м о с т и : Когда мы озвучиваем свои границы, мы становимся уязвимыми. Возникает страх, что нас не поймут, отвергнут или посчитают эгоистами.

К о н ф л и к т с о ж и д а н и я м и д р у г и х : Часто наши границы противоречат ожиданиям окружающих. Это может привести к ссорам и обидам.

С т р а х о д и н о ч е с т в а : Мы боимся, что, обозначив границы, оттолкнем от себя людей.

Ч у в с т в о в и н ы : Мы можем чувствовать себя виноватыми, отказывая другим людям в просьбах.





Границы: защищаем и отстаиваем

Упражнение :

1. Представьте ситуацию, где ваши границы нарушены.
2. Какие слова вы подберете, чтобы описать, что вам нужно делать со своими границами?
3. Как вы представляете такую границу?

Напишите, пожалуйста.



Г р а н и ц ы : к о н т а к т и в з а и м о д е й с т в и е

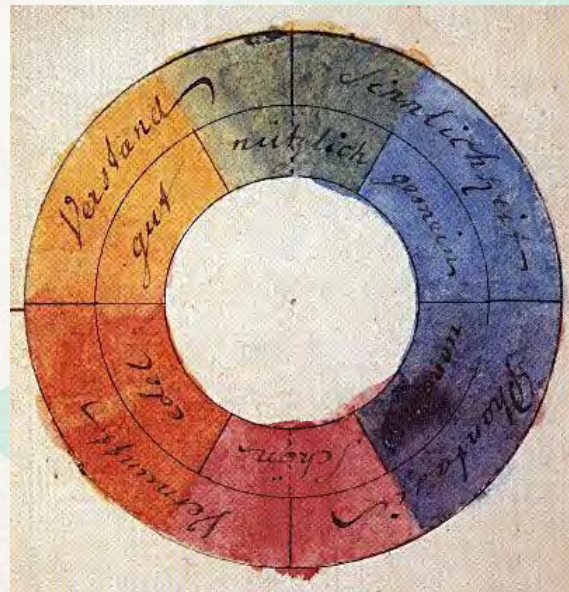
Г. В. Гегель (1770-1831) в своей работе «Наука логики» подробно исследует понятие границы. Он подчеркивает двойственную и противоречивую природу границы: граница одновременно соединяет и разделяет явления, понятия, категории и субъекты. Она как бы объединяет их, но в то же время, отделяет друг от друга.

ГРАНЬ, граница – рубеж, предел, межа, кон, край, кромка, конец и начало, стык, черта раздела.

В. И. Даль

Эстетическая культура есть культура границ и потому предполагает теплую атмосферу глубокого доверия, обымающего жизнь.

М. М. Бахтин



И.В. фон Гёте (1749 – 1832)

Цветовой круг Гёте (1809) для символизации человеческой духовной и душевной жизни из главы «Аллегорическое, символическое, мистическое использование цвета» в «Теории цвета».



Границы: место встречи

Исследовать — свои и других ценности, чувства, реакции.

Прояснять — свои намерения и ожидания.

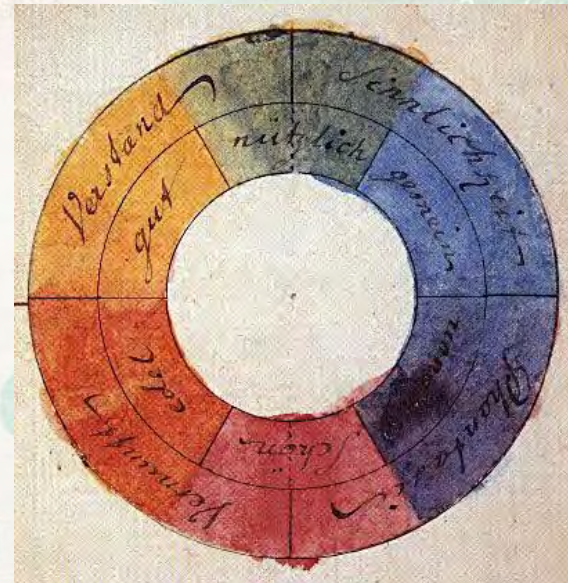
Пробовать и договариваться — новые формы взаимодействия и реагирования, совместные правила или подходы.

Учиться — у других, перенимая сильные стороны или подходы.

Созидать — новые формы взаимодействия, которые устраивают обе стороны.

Упражнение:

1. Представьте ситуацию, где ваши границы нарушены.
2. Как вы представляете границу, которую нужно защищать?
3. Давайте найдем разные образы границ, которые дают нам вдохновение и устойчивость. И возвращают авторство жизни и диалог.





ПЛАН

РАЗМИНКА

ЖИВО (КАРТИНЫ)
КОНЕЧНО (КАРТИНЫ)
СМОТРИМ С
ТЕПЛОТОЙ
МЫСЛИМ СЕБЯ КАК
ИНСТРУМЕНТ

ЖИВАЯ СИСТЕМА

ЖИВАЯ СИСТЕМА
И ГРЯНУЛ ГРОМ
РОЛИ ПЕДАГОГА
ИЕРАРХИЯ
ПЕДАГОГ И
РОДИТЕЛЬ
Я — ЧАСТЬ ЦЕЛОГО:
КОНЕЧНО

ГРАНИЦЫ

НАРУШИТЕЛИ
СИГНАЛЫ
ОБОЗНАЧАЕМ
ВЕРНЕМСЯ В СЕБЯ
ГРАНИЦА — МЕСТО
ЖИЗНЕТВОРЧЕСТВА

РОЛИ

РОЛИ ПЕДАГОГА
СЛУЖЕНИЕ
РУКОВОДСТВО
ЧТО БЕРЕМ В
ПРАКТИКУ
СОБИРАЕМ
БУКЕТ ДАРОВ





РОЛИ ПЕДАГОГА

Снова посмотрим на основные наши роли:

- 1. Подчиненные:** Мы исполняем поручения администрации и поддерживаем систему.
- 2. Учительница, наставница, лектор, репетитор:** Мы управляем процессом обучения и принимаем решения.
- 3. Коллега:** Мы участвуем в профессиональном сообществе на равных и сотрудничаем с родителями.

Добавьте ваши мысли и роли в рабочей тетради

Важно дать признание своим ролям

Подарим видимость истории за каждой ролью

Иерархия (от др.-греч. ἱεραρχία, из ἱερός «священный» и ἀρχή «правление») — порядок подчинённости низших звеньев высшим, организация их в структуру типа дерева; принцип управления в централизованных структурах..

Ситуативно подчинённость может возникать по горизонтальному принципу, Это качество гибкости системы управления.



СЛУЖЕНИЕ

Положительные стороны :

- Заботливое внимание
- Развитие эмпатии, чуткости.
- Наблюдательность и понимание интересов другого человека.
- Удовлетворение и кайф от работы.

Опасности и риски :

- Пренебрежение собственными потребностями: «пописать некогда».
- Невозможность выстроить границы: сложно сказать нет, отказать.
- Сложно говорить о компенсации: трудно говорить про деньги и признании своей работы.
- Развитие чувства «забитости»: ощущение своей второстепенности, несправности.
- Эмоциональное выгорание.



*Приезд гувернантки в купеческий дом
1866*

44 x 53,3

Дерево, масло

Перов Василий (1833-1882)

Ваше величество

Положительные стороны :

1. Знаю, куда веду, чему и как учить.
2. Уверенность и ответственность.
3. Оказываю влияние на коллектив и учеников.
4. Стимулирование успеха и прогресса.

Опасности и риски :

1. Злоупотребление влиянием.
2. Неспособность воспринимать обратную связь.
3. Конфликты и манипуляции в коллективе.
4. Стремление к контролю и идеализация роли лидера.
5. Стимуляция травли.

Портрет Екатерины II
1763

Холст, масло
139×155 см

Федор Степанович Рокотов





НАХОДИМ ГАРМОНИЮ РОЛЕЙ

Сделаем упражнение / медитацию на
выстраивание гармоничного аккорда двух ролей —
служения и руководства.

1. Наши ощущения в роли служения.
2. Наши ощущения в роли королевы или короля.
3. Гармонизация.

*«Екатерина II на прогулке в Царскосельском парке» (с
Чесменской колонной на фоне). 1794
Холст (живопись переведена на новый холст), масло.*

94,5 × 66 см

Владимир Лукич Боровиковский





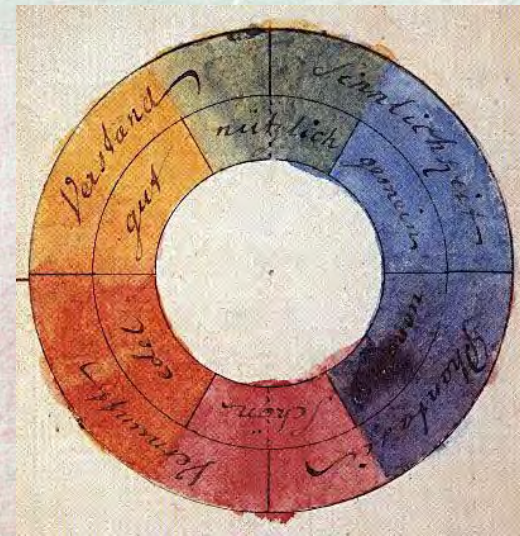
Как идти в школу, где не хочется смотреть на коллег и на детей уже сил не остается.

- Наблюдаем — кто нарушает наши границы и какие именно.
- Замечаем свои чувства-сигнальную систему.
- Обозначаем границы — несколько стратегий. Вы придумаете еще больше. Особенно, если будете думать вместе.
- Смотрим на границы как на пространство восполнения ресурсов и ищем вдохновляющие образы.
- Тренируем методы экстренной саморегуляции.
- Возделываем свой эмоциональный интеллект (ссылка на предзапись на курс по развитию ЭИ)
- Организуем себе поддерживающие сообщества:
 - 🍊 Наш канал Уроки мира
 - 🍊 Каналы для покупателей карточек и методических материалов по ЭИ 0+
- Замечаем в каких ролях мы выступаем в образовании и где границы внутренних ролей
- Учимся выстраивать наши роли в гармоничный аккорд.



СУХОЙ ОСТАТОК

- Учитель – это одновременно и инструмент, и маэстро, поэтому важно бережное отношение к себе и душевная разминка.
- Искусство помогает настроиться, например, через репродукции картин.
- Организация – живая система. И грянул гром: организация воздействует на нас, а мы – на нее.
- Важно видеть свои роли в организации и учитывать баланс сил.
- Родители часто воспринимают учителя как часть системы и конфликтуют не с нами лично, а с образом «школы».
- Границы: наблюдаем — кто нарушает и какие именно.
- Замечаем свои чувства-сигнальную систему.
- Обозначаем границы — несколько стратегий. Вы придумаете еще больше.
- Смотрим на границы как на пространство встречи
- Возделываем свой эмоциональный интеллект.
- Учимся выстраивать наши роли служения и царствования в гармоничный аккорд.





Что берем в практику

Напишите, пожалуйста, прямо сейчас, одно или два предложения, что из сегодняшних практик и мыслей вы берете в свою работу. Прямо сегодня.



Уроки Мира

Выиграй ценный приз
за отзыв в канале
Уроки Мира





**Собираем
букет
даров**

Пасхальный букет, 20266, фото, Ольга Белоусова





ПОТРЕБНОСТИ

ИГРА

Выдумка
Живость
Игривость
Изменчивость
Несерьезность
Озарения
Ребячливость
Смех
Спонтанность
Увлеченность
Юмор

ЧЕСТВОВАНИЕ / ПРАЗДНОВАНИЕ И ОПЛАКИВАНИЕ

Оплакивание отношений
Празднование осуществления
мечты и планов
Празднование авторства жизни и
пр.
Празднование жизнетворчества
Траур по несбывшемуся
Чествование потерь

ЧЕСТНОСТЬ

Изобретательность
Подлинность
Самооценка
Смысл
Созидательность
Творчество

ФИЗИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ

Безопасное
место
Воздух
Движения и
упражнения
Защита от
болезней
Отдых
Пища и вода
Прикосновения
Сексуальное
самовыражение
Удобство

ОТДЕЛЬНОСТЬ

Свобода
Независимость
Выбор мечтаний, целей и ценностей
Выбор планов осуществления своих
мечтаний и воплощения ценностей

ОТНОШЕНИЯ

Безопасность
Близость
Взаимность
Вклад в
улучшение
жизни
Включенность
Востребованность

Границы
Доверие
Договоренности
Забота
Защищенность
Значимость
Любовь
Наставничество

Надежность
Общение
Подбадривание
Поддержка
Понимание
Предсказуемость
Признание
Принадлежность
Принятие
Сотрудничество
Теплота
Уважение
Утешение
Честность
Эмоциональная
безопасность
Эмпатия



**СПАСИБО,
уважаемые
коллеги!
Расходимся
по каютам!**

кают-компания

