

Neye ihtiyacın var?



ANLAYIŞ



BARIŞ / HUZUR



DESTEK



DİNLENME



DUYMA | DUYULMA



DÜRÜSTLÜK



DÜZEN



GÜVEN



GÜVENLİK



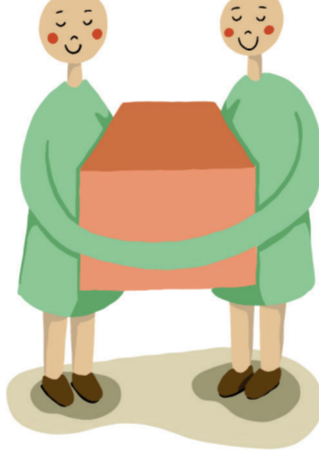
HAREKET



İFADE



İLETİŞİM



İŞ BİRLİĞİ



OYUN



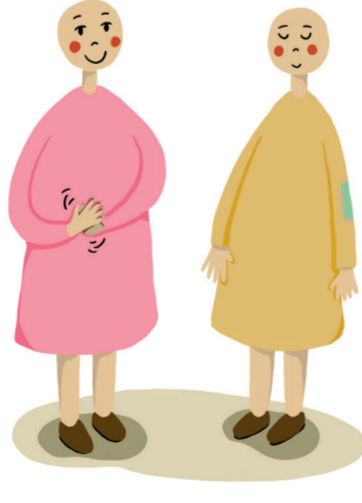
ÖZEN



SAYGI



SEVGİ



TAKDİR



YARATICILIK



.....

1. YAVAŞLA



Derin nefes al.
İçinden say.

.....

2. FARK ET



Bedenini dinle.
Duygunu fark et, ihtiyacını bul.

.....

3. İFADE ET



Öğretmeninle ya da
arkadaşınla paylaş.
Yaz / Çiz / Anlat

.....

