

# FORMULAN FÖR "FULFILLMENT"

Nedan beskrivs de sex mänskliga behoven, enligt Tony Robbins (världens främsta life- och businesscoach). De fyra första är våra basbehov och de två andra är behoven för att känna "fulfillment".

|                                                    |                                                                                                         |
|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1. CERTAINTY<br/>(TRYGGHET/SÄKERHET)</b>        | Behovet av att känna säkerhet. En försäkran om att du kan undvika smärta och känna trygghet och glädje. |
| <b>2. UNCERTAINTY/VARIETY<br/>(VARIATION)</b>      | Behovet av det okända, förändring, nya stimuli och äventyr.                                             |
| <b>3. SIGNIFICANCE<br/>(SIGNIFIKANS)</b>           | Behovet av att känna sig unik, viktig, speciell och behövd.                                             |
| <b>4. LOVE/CONNECTION<br/>(KÄRLEK/SAMHÖRIGHET)</b> | Behovet av att känna närhet och samhörighet med någon eller något.                                      |
| <b>5. GROWTH<br/>(ATT VÄXA/UTVECKLAS)</b>          | Behovet av att växa och utvecklas som individ.                                                          |
| <b>6. CONTRIBUTION<br/>(BIDRAGANDE)</b>            | Behovet av att hjälpa, ge och bidra till andra.                                                         |

BASBEHOV

"FULFILLMENT"