



## Stap 4: Memoriseren

### Oplossing oefening 1: Memoriseren



## Stap 4: Memoriseren

### Oefening 1: Memoriseren

Je krijgt een subtitel van de tekst die je zojuist hebt geschematiseerd. Probeer bij het zien van de subtitel zoveel mogelijk op te schrijven wat je hierover weet.

Wat weet je over de behoefte aan veiligheid van de behoeftepiramide van Maslow?

De behoefte aan veiligheid is de tweede belangrijkste behoefte waaraan moet voldaan worden om naar de volgende behoefte te gaan. Hierbij willen we zekerheid, stabiliteit, ~~aan~~ voorspelbaarheid, controle, orde en structuren.

Deze behoefte komt het meest duidelijk naar voren bij kinderen. Omdat ze het meest in contact komen met stress / vreemde situaties. Ze hebben een soort van natuur nodig om de controle te hebben over bepaalde zaken.

Onzekerheid vinden we geen aangename situatie. Hierbij zal onze veiligheidsbehoefte sterker worden. Onzekerheid en onvoorspelbaarheid maken ons onrustig.

Hierbij hebben we behoefte aan informatie. Als we niet voldoende informatie hebben voelen we ons onzeker.