

**Motivationsmatrisen - psykologiska behov – hur gör vi?**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Psykologiska behov** | Hur gör vi när vi på ett bra sätt ökar allas… | Hur gör vi när vi minskar … | Hur gör vi när vi på ett dåligt sätt tillfredsställer … |
| Känslan av sammanhang |  |  |  |
| Känslan av kompetens |  |  |  |
| Känslan av självbestämmande, autonomi |  |  |  |