

## LES BESOINS

<p><b>SURVIE</b></p> <p>Abri Air Eau Environnement sain Espace Exercice Lumière Mouvement Nourriture ( sens large)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• confort</li> <li>• contact physique</li> <li>• Détente</li> <li>• Douceur</li> <li>• Loisir</li> <li>• Soins</li> <li>• Tendresse</li> <li>• Toucher</li> </ul> <p>Protection Repos Sécurité Soins Temps</p> <p><b>INTÉGRITÉ</b></p> <p>Assurance Authenticité Connaissance de soi (valeurs, rêves) Détachement Équilibre Estime de soi Exister Honnêteté Recherche de sens Respect de soi Respect de son rythme Sens de sa place Sens de sa valeur</p>	<p><b>D'ORDRE RELATIONNEL</b></p> <p>Acceptation Accueil Adaptation Affection Amour Appartenance Attention Bienveillance Chaleur humaine Changement Communication Compassion Compréhension Concertation Confiance Connexion Contact Continuité Contribution à la vie Coopération Délicatesse Direction Discrétion Douceur Écoute Égalité Empathie Engagement Équité Fiabilité Fidélité Flexibilité Humilité Inclusion Intimité Leadership Lien Loyauté Mutualité</p>	<p>Ouverture Partage Présence Proximité Réciprocité Réconciliation Réconfort Respect Sincérité Solidarité Souplesse Soutien Stabilité Transparence</p> <p><b>EXPRESSION DE SOI</b></p> <p>Accomplissement Action Clarté Cohérence Compréhension Concision Connaissance Conscience Créativité Croissance Évolution Guérison Inspiration Lucidité Nouveauté Participation Réalisation Récration Recul Responsabilité Simplicité Spontanéité Stimulation</p>	<p><b>AUTONOMIE</b></p> <p>Affirmation de soi Approvisionnement Appropriation de son pouvoir Calme Espace pour soi Estime de soi Interdépendance Liberté Maîtrise Solitude Tranquillité Vitalité</p> <p><b>CÉLÉBRATION</b></p> <p>Abondance Beauté Bonté Communion Deuil Espoir Goût d'expérimenter l'intensité de la vie Harmonie Inspiration Jeu Lâcher prise Ordre Paix Plaisir Reconnaissance Sacré Sagesse Sens Sérénité Silence Spiritualité Transcendance Unité</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Inspiré du travail de Marshall Rosenberg en Communication NonViolente.