

Liste des besoins

BIEN-ÊTRE/SURVIE

- ABRI
- ALIMENTATION / HYDRATATION / ÉVACUATION
- EXPRESSION SEXUELLE
- LUMIÈRE
- MOUVEMENT / EXERCICE
- REPOS
- REPRODUCTION : SURVIE DE L'ESPÈCE
- RESPIRATION
- STIMULATION SENSORIELLE / TOUCHER / CONTACT PHYSIQUE
- SÉCURITÉ AFFECTIVE ET MATÉRIELLE
- PRÉSERVATION DU TEMPS, DE L'ÉNERGIE
- PROTECTION
- SOUTIEN
- RÉCONFORT

INTERDÉPENDANCE

- ACCEPTATION
- AFFECTION / AMOUR
- APPARTENANCE
- APPRÉCIATION
- CHALEUR HUMAINE
- COMPRÉHENSION
- CONFIANCE
- CONSIDÉRATION
- CONTRIBUTION À LA VIE : DES AUTRES, DE LA SIENNE
- DONNER ET RECEVOIR : ATTENTION / AFFECTION / AMOUR / TENDRESSE
- DÉLICATESSE / TACT
- EMPATHIE
- INTIMITÉ / PROXIMITÉ
- PARTAGE / PARTICIPATION
- HONNÊTETÉ / SINCÉRITÉ / AUTHENTICITÉ
- RESPECT DE SOI / DE L'AUTRE

JEU

- DÉFOULEMENT
- RÉCRÉATION
- RESSOURCEMENT
- AMUSEMENT
- RIRE

ACCOMPLISSEMENT

- APPRENTISSAGE
- AUTHENTICITÉ
- BEAUTÉ / HARMONIE
- CONSCIENCE
- CRÉATIVITÉ
- CROISSANCE / ÉVOLUTION
- ESTIME DE SOI
- EXPRESSION
- INSPIRATION
- INTÉGRITÉ
- PAIX
- RÉALISATION
- SENS / COMPRÉHENSION / ORIENTATION
- SINCÉRITÉ / HONNÊTETÉ
- SPIRITUALITÉ

AUTONOMIE

- LIBERTÉ
- INTERDÉPENDANCE
- CHOISIR SES RÊVES / OBJECTIFS / VALEURS
- CHOISIR LES MOYENS DE RÉALISER SES RÊVES / OBJECTIFS / VALEURS

CÉLÉBRATIONS

- APPRÉCIATION DE LA VIE ET DES RÉALISATIONS
- COMMÉMORATION DES DEUILS ET DES PERTES : ÊTRE CHER / AMBITION DÉÇUE / RITUALISATION
- PARTAGE DES JOIES ET DES PEINES

d'après la Communication Non Violente

