

LE SEAU DES BESOINS



1

LA QUESTION MAGIQUE

QU'AS-TU ENVIE DE VIVRE ET QUE TU NE VIS PAS?
QUE VOUDRAIS-TU QU'IL SE PASSE?

2

QUEL BESOIN SERAIT NOURRI?

ACCEPTATION, INTÉGRATION
AIDE
AMOUR
APPARTENANCE
APPRÉCIATION
APPRENTISSAGE
ATTENTION
AUTHENTICITÉ
AUTONOMIE
BEAUTÉ
BIEN-ÊTRE
BIENVEILLANCE
CÉLÉBRATION DE LA VIE
CHALEUR HUMAINE
CLARTÉ
CLARTÉ DE L'OBJECTIF
COHÉRENCE
COMPASSION
COMPÉTENCE
COMPRÉHENSION

CONFIANCE
CONNEXION
CONSIDÉRATION
CONTACT
CONTRIBUE AU BIEN-ÊTRE D'AUTRUI
CONTRIBUTION À ENRICHIR LA VIE
COOPÉRATION
CRÉATIVITÉ
CROISSANCE
DEUIL
ÉCHANGE, RECEVOIR DES AUTRES ET LEUR DONNER
ÉQUILIBRE
EXISTER
EFFICACITÉ
ÉGALITÉ
EMPATHIE
ESPOIR
EXPRESSION DE SOI
HARMONIE
HONNÊTÉTÉ

HUMOUR
INTÉGRITÉ
INTERDÉPENDANCE
INTIMITÉ
JEU
JUSTICE
ORDRE
PAIX
PLAISIR PHYSIQUE
PRÉSENCE HUMAINE
RÉCONFORT
REPOS
RESPECT MUTUEL
SÉCURITÉ AFFECTIVE
SÉCURITÉ MATÉRIELLE
SENS ET EFFICACITÉ
SE SENTIR EN VIE
SIGNIFICATION ACTIVITÉ
SOUTIEN
SPIRITUALITÉ

3

JE SUIS RESPONSABLE

JE PEUX GOÛTER À UN
INSTANT OÙ JE L'AI VÉCU

JE PEUX PLANTER UNE
NOUVELLE HABITUDE

JE PEUX PRENDRE CONSCIENCE
DES MOMENTS OÙ JE VIS CE
BESOIN AU QUOTIDIEN

JE PEUX FAIRE UNE
DEMANDE