

Liste des besoins

Voulez-vous... ? Avez-vous besoin de... ? Est-il important pour vous que ... ? Souhaitez-vous ... ?

Autonomie / liberté / Auto Determination	Que vous puissiez décider vous-même de ce qui est bon pour vous / De ce que vous voulez faire maintenant ? / Que vous puissiez décider ? / Que tu aies quelque chose à dire ?
Respect	Que quelqu'un t'écoute ? / Que les gens se soucient les uns des autres ?
Appartenance	Que tu appartiens à quelqu'un ou à un groupe ?
Amusement	Que les gens rient et se réjouissent ?
Amitié	Que tu as des amis sur lesquels tu peux compter ?
Appréciation	Que les autres voient à quel point tu fais des efforts ? / que l'on apprécie ce que tu as fait ?
Experimenter / Découvrir	Que tu peux faire des essais et des recherches par toi-même ? / Que tu peux découvrir des choses par toi-même ?
Honnêteté	Que tu peux croire que ce que quelqu'un a dit est vrai ?
Mouvement	Que tu peux faire quelque chose pour faire bouger ton corps ?
Contribuer	Que tu peux aider ? / Que les autres se portent bien ?
Gratitude	De montrer à quel point vous êtes heureux de quelque chose ?
Sécurité	Que tu te sentes en sécurité et à l'aise ?
Relation d'égalité	Que chacun est responsable de lui-même et de ses actes ? / Que l'on se respecte mutuellement ?
Repos	Que l'on peut être tout seul pour une fois ? / Que l'on peut se reposer quand on est fatigué ?
Sens	que ce que vous faites a du sens pour vous ?
Equité	Que chacun obtient ce dont il a besoin ? / Que tout le monde est traité de la même manière ?
Clarté	Des règles claires ? De la clarté sur quand on fait quoi ?
Espace	Que vous pouvez être pour vous-même ? / Que la distance est maintenue ?
Compassion / Empathie	Que quelqu'un comprenne ce que tu ressens ?
Intimité	Qu'il y a des choses que tu peux garder pour toi ?



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



Selon Frank Gaschler.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

