



Besoin de manger	Besoin de me reposer	Besoin de m'abriter	Besoin de soutien	Besoin de réconfort	Besoin d'être accepté
Besoin d'être considéré	Besoin d'être reconnu	Besoin de s'exprimer	Besoin de créer	Besoin d'apprendre	Besoin d'être en paix
Besoin d'harmonie	Besoin de construire ma vie	Besoin d'avancer	Besoin de m'affirmer	Besoin d'être respecté	Besoin d'être moi-même
Besoin d'être authentique	Besoin d'honnêteté	Besoin de sincérité	Besoin de sécurité	Besoin de se sentir chez soi	Besoin d'ordre
Besoin de réussir	Besoin de faire du sport	Besoin de me défouler	Besoin de parler	Besoin d'être écouté	Besoin de croire
Besoin de réaliser mes projets	Besoin d'accepter	Besoin de rêver	Besoin de boire	Besoin d'authenticité	Besoin d'aller aux toilettes
Besoin de lumière	Besoin de m'abriter	Besoin de bouger	Besoin de me dépenser	Besoin de tendresse	Besoin de contacts physiques
Besoin de douceur	Besoin de chaleur	Besoin de chaleur humaine	Besoin de communiquer	Besoin d'exprimer	Besoin d'écouter
Besoin de comprendre	Besoin d'être accepté	Besoin d'affection	Besoin d'appartenir à un groupe	Besoin d'être apprécié	Besoin d'attention



Pour plus d'outils et de formations, rdv sur www.aureliecasties.fr

Besoin de confiance	Besoin d'honnêteté	Besoin de compréhension	Besoin d'empathie	Besoin d'intimité	Besoin de partage
Besoin d'amour	Besoin de reconnaissance	Besoin de respect	Besoin d'équité	Besoin de justice	Besoin de réconfort
Besoin de soutien	Besoin de contribuer à..	Besoin de clarté	Besoin de simplicité	Besoin de cohérence	Besoin de se connaître
Besoin de s'estimer	Besoin de se respecter	Besoin de respecter son rythme	Besoin d'autonomie	Besoin de choisir ses valeurs	Besoin de solitude
Besoin d'espace pour soi	Besoin d'action	Besoin d'accomplissement	Besoin de créer	Besoin d'apprendre	Besoin de sens
Besoin de se dépasser	Besoin d'évoluer	Besoin de célébrer	Besoin d'intensité	Besoin de beauté	Besoin d'harmonie
Besoin d'ordre	Besoin de paix	Besoin de jouer	Besoin de rigoler	Besoin de réaliser ses rêves	Besoin de participer