

Autonomie

- Choisir mes buts
- Choisir mes valeurs
- Choisir mon chemin, ma voie
- Célébrer mes victoires
- Célébrer mes défaites et nos pertes
- Authenticité
- Créativité
- Expression
- ...

Relations

- Acceptation
- Appréciation
- Reconnaissance
- Considération
- Sécurité émotionnelle
- Amour
- Respect
- Soutien
- Être compris
- Stimulation
- Légèreté
- Surprise
- Justice
- Affirmation de soi
- Protection
- Responsabilité
- ...

Besoins physiques

- Air / nourriture / eau ...
- Mouvement, exercice
- Protection physique
- Repos
- Sexe
- Abri
- Toucher
- ...

Esprit

- Amusement
- Rire
- Beauté
- Harmonie
- Jeux
- Inspiration
- Ordre
- Paix
- ...