



Bedürfnisse – die Liste

Abenteuer	Geselligkeit	Selbstverwirklichung
Abwechslung	Gute Laune	Sexualität
Aktivität	Harmonie	Sicherheit
Anerkennung	Herausforderung	Sinnhaftigkeit
Augenhöhe	Humor	Sinnlichkeit
Austausch	Integrität	Spiritualität
Autonomie	Intellektueller Anspruch	Stark fühlen
Autorität	Kompetent fühlen	Stille
Berührung	Kongruenz	Stimulanz
Bewegung	Kontrolle	Transparenz
Distanz	Körperausdruck	Überleben
Echtheit	Körperliche	Unabhängigkeit
Effektivität	Herausforderung	Unbegrenztheit
Ehre	Kreativität	Veränderung
Einfluss	Leichtigkeit	Verantwortlichkeit
Emotionalität	Liebe	Verbindung
Entspannung	Luxus	Verschmelzen
Entwicklung	Leistung	Verständnis
Erdung	Nähe	Vertrauen
Erfolg	Nahrung	Vielfalt
Erholung	Natur	Vorhersehbarkeit
Familienleben	Ordnung	Wachstum
Freiraum	Planbarkeit	Wärme
Freizeit	Privatsphäre	Wertvoll fühlen
Freude	Raum	Wissen
Freundschaft	Recht haben	Zärtlichkeit
Geborgenheit	Respekt	Zielstrebigkeit
Geliebt fühlen	Ruhe	Zugehörigkeit
Gemeinschaft	Sauberkeit	Zuneigung
Gerechtigkeit	Schön fühlen	Zusammenarbeit

Kein Anspruch auf Vollständigkeit