



BEDÜRFNISSE

Abwechslung	Gleichwertigkeit	Schönheit
Achtsamkeit	Harmonie	Schutz
Akzeptanz	Herausforderung	Selbstbestimmung
Anerkennung	Hilfe, Entlastung	Selbstvertrauen
Aufrichtigkeit	Humor, Freude	Selbstverwirklichung
Austausch	Individualität	Selbstwert
Authentisch, echt sein	Inspiration	Sexualität
Balance von Geben und Nehmen	Integrität	Sicherheit
Beitragen	Intimität	Sinnhaftigkeit
Beteiligung	Klarheit	Spiel
Bewegung	Kompetenz	Spiritualität
Effizienz, Zeit effektiv nutzen	Kontakt, Nähe	Toleranz, Güte
Ehrlichkeit	Konzentration	Trauern über Verluste, Versagen
Einfluss haben	Kraft, Nahrung, Luft	Trost
Empathie	Kreativität	Unterstützung, Entlastung
Engagement	Kultur	Verantwortung
Entspannung	Lebensfreude, Lebendigkeit	Verbindung
Entwicklung, Wachstum	Leichtigkeit	Verlässlichkeit
Erfolg	Lernen	Vertrauen
Erholung	Liebe, Menschlichkeit	Wahrgenommen werden
Ernst genommen werden	Nähe	Wertschätzung
Feiern und Freude	Offenheit	Wirksamkeit
Freiheit	Ordnung, Struktur	Wissen, woran man ist
Freundlichkeit	Orientierung, Führung	Wohlfühlen
Freundschaft	Privatsphäre	Zärtlichkeit
Frieden	Respekt	Zielstrebigkeit
Geborgenheit	Rücksichtnahme	Zufriedenheit
Gelassenheit	Ruhe	Zugehörigkeit
Gemeinschaft	Wertschätzung	Zuneigung
Gesundheit	Sauberkeit	Zusammenarbeit