

Overzicht behoeften

Emotioneel

Aanmoediging
Acceptatie
Bedding
Begrip
Bevestiging
Bewustzijn
Bijdragen
Delen
Doelgerichtheid
Duidelijkheid
Erkenning
Genieten
Geruststelling
Goedkeuring
Groei

Helderheid
Hoop
Inspiratie
Kracht
Leren
Mededogen
Vieren van het leven
Nabijheid
Ondersteuning
Ontdekken
Overgave
Respect
Rouwen
Sexuele intimiteit
Stabiliteit

Stevigheid
Stimulatie
Vieren van verlies
Stroming
Structuur
Tederheid
Veerkracht
Veiligheid
Verbinding
Vertrouwen
Warmte
Zekerheid
Zorg
Rouw

Vrede

Balans
Bliss / Extase
Harmonie
Heelheid / Heel zijn

Gemak
Inspiratie
Orde
Schoonheid

Fysiek

Aanraking
Aarding
Ankering
Bescherming
Beschutting
Beweging
Gezondheid

Gronding
Kleden
Licht
Lucht
Onderdak
Ruimte
Rust

Seks
Slaap
Veiligheid
Voedsel / Eten
Water / Drinken