

## Bedürfnisse erkennen und benennen

Abwechslung	Erholung	Lebensfreude	Tiefe
Achtsamkeit	Erfahrung	Liebe	Toleranz
Alleinsein	Feiern	Menschlichkeit	Transparenz
Annahme	Fitness	Mitgefühl	Treue
Aktivität	Freiheit	Natur	Trost
Akzeptanz	Freude	Nähe	Unabhängigkeit
Anerkennung	Freundschaft	Offenheit	Unterstützung
Aufmerksamkeit	Frieden	Ordnung	Verantwortung
Aufrichtigkeit	Geborgenheit	Originalität	Verbindlichkeit
Ausgeglichenheit	Genauigkeit	Orientierung	Verbundenheit
Austausch	Gemeinsamkeit	Privatsphäre	Verantwortung
Authentizität	Gemeinschaft	Respekt	Verständnis
Autonomie	Gerechtigkeit	Rituale einsetzen	Verstehen
Beachtung	Gesundheit	Ruhe	Vertrauen
Besonderem	Gleichwertigkeit	Schaffen	Vertraulichkeit
Berechenbarkeit	Glück	Schönheit	Wachstum
Berührung	Harmonie	Schutz	Wahlmöglichkeit
Bestätigung	Herausforderung	Selbstbestimmung	Wahrgenommen werden
Beständigkeit	Hilfe	Selbstentfaltung	Wärme
Bewegung	Hoffnung	Selbsterkenntnis	Weiterkommen
Bildung	Humor	Selbstverantwortung,	Wertschätzung
Dankbarkeit	Identität	Selbstverwirklichung	Wissen
Diskretion	Individualität	Sexualität	Würde
Effektivität	Information	Sicherheit	Würdigung
Ehrlichkeit	Integrität	Sinn	Zärtlichkeit
Einfühlsamkeit	Intensität	Spaß	Zugehörigkeit
Empathie	Intimität	Spiel	Zuhören
Entdecken	Kommunikation	Spiritualität	Zuneigung
Entfaltung	Kontakt	Stabilität	Zusammenarbeit
Entspannung	Kreativität	Stille	Zuspruch
Entwicklung	Kultur	Struktur(en)	