

LES BESOINS SELON W. GLASSER



BESOIN DE SURVIE

- Assurer le maintien de ses fonctions vitales.
- Se sentir en sécurité physique et psychologique
- Avoir un toit, de la chaleur, pouvoir dormir.
- Ne pas vivre dans la peur et la crainte pour sa vie.

BESOIN D'APPARTENANCE

- Etre en relation positive avec ses pairs.
- Faire parti d'un groupe, d'un mouvement ou adhérer à une philosophie de vie
- Se sentir accueilli et accepté.



BESOIN DE POUVOIR

- Etre et se sentir reconnu et considéré
- Se sentir compétent.
- Se sentir utile.
- Etre capable de ressentir de la fierté.
- Réussir l'atteinte de ses objectifs.

BESOIN DE LIBERTE

- Sentir que l'on a le contrôle de sa vie.
- Pouvoir faire des choix.
- Exprimer ses opinions et ses envies.
- Avoir le droit de se tromper.
- Ne pas se sentir jugé.
- Etre autonome.



BESOIN DE PLAISIR

- Jouer, apprendre
- Rire, s'amuser
- Ressentir du bien-être et de la détente