
LISTE DE VALEURS

- Acceptation** : être ouvert(e) et bienveillant(e) envers soi-même, les autres, et la vie en général.
- Aventure** : oser l'aventure, rechercher activement de nouvelles expériences stimulantes.
- Assurance** : défendre mes droits avec respect et exprimer clairement mes besoins.
- Authenticité** : être authentique, sincère et fidèle à moi-même.
- Beauté** : apprécier, créer et cultiver la beauté en moi, chez les autres et dans mon environnement.
- Bienveillance** : être attentionné(e) envers moi-même, les autres et mon environnement.
- Défi** : me dépasser continuellement pour apprendre, grandir et m'améliorer.
- Compassion** : agir avec bienveillance envers ceux qui souffrent.
- Connexion** : m'engager pleinement dans mes activités et être présent(e) avec les autres.
- Contribution** : contribuer positivement à ma vie et à celle des autres.
- Conformité** : respecter les règles et obligations.
- Coopération** : collaborer et travailler harmonieusement avec les autres.
- Courage** : persévérer face à la peur, la menace ou les difficultés.
- Créativité** : être créatif/ve, inventif/ve et ouvert(e) aux idées nouvelles.
- Curiosité** : être curieuse/se, ouverte d'esprit et avide de découvertes.
- Encouragement** : valoriser et encourager les comportements que j'apprécie chez moi ou chez les autres.
- Égalité** : traiter les autres comme des égaux et attendre la même chose en retour.
- Excitation** : rechercher des activités stimulantes, passionnantes et inspirantes.
- Équité** : être juste envers moi-même et les autres.
- Bien-être** : prendre soin de ma santé physique et mentale.

Flexibilité : savoir m'adapter facilement aux changements.

Liberté : vivre librement, choisir comment je vis et me comporte, et encourager les autres à faire de même.

Amitié : être accueillant(e), agréable et accessible envers les autres.

Pardon : pardonner aux autres et à moi-même.

Amusement : apprécier la vie et rechercher des moments joyeux et divertissants.

Générosité : être généreux/se, partager et offrir aux autres et à moi-même.

Gratitude : apprécier les aspects positifs de ma vie, des autres et de moi-même.

Honnêteté : être sincère, authentique et transparent(e) avec moi-même et les autres.

Humour : voir le côté drôle de la vie et apprécier l'humour.

Humilité : rester humble et laisser mes réalisations parler d'elles-mêmes.

Assiduité : être travailleuse, persévérante et impliquée.

Indépendance : être autonome et choisir ma propre façon d'agir.

Intimité : me dévoiler émotionnellement et physiquement dans mes relations proches.

Justice : promouvoir la justice et l'équité.

Gentillesse : être attentionnée, bienveillante et respectueuse envers moi-même et les autres.

Amour : exprimer de l'amour et de l'affection envers moi-même et autrui.

Conscience : être présente et curieuse de mon expérience dans l'instant.

Ordre : organiser et structurer ma vie et mon environnement.

Ouverture d'esprit : réfléchir, voir les choses sous différents angles et peser les preuves avec justesse.

Patience : attendre calmement ce que je désire.

Persévérance : avancer résolument, même face aux défis.

Plaisir : créer et profiter des plaisirs de la vie.

Influence : guider, organiser et inspirer les autres de manière positive.

Réciprocité : entretenir des relations équilibrées où donner et recevoir se répondent.

Romantisme : exprimer de l'amour et de l'affection de manière romantique.

Sécurité : veiller à ma sécurité et à celle des autres.

Connaissance de soi : être consciente de mes pensées, émotions et actions.

Soin de soi : prendre soin de ma santé et de mon bien-être, et répondre à mes besoins.

Développement personnel : m'engager dans l'apprentissage et le développement de mes compétences, connaissances et caractère.

Maitrise de soi : agir conformément à mes valeurs et idéaux.

Sensualité : explorer et savourer des expériences qui stimulent mes cinq sens.

Sexualité : explorer et exprimer ma sexualité.

Spiritualité : me connecter à des choses plus grandes que moi.

Habilité : pratiquer et améliorer constamment mes compétences.

Soutien : être présente, encourageante et disponible pour moi-même et pour les autres.

Confiance : être fiable, loyale, sincère et digne de confiance envers les autres.

Soutien : être présente, encourageante et disponible pour moi-même et pour les autres.

Confiance : être fiable, loyale, sincère et digne de confiance envers les autres.