



Quelques besoins humains fondamentaux

que nous avons tous en commun

<p>SURVIE Abri Air, respiration Alimentation Évacuation Hydratation Lumière Repos Reproduction (survie espèce) Mouvement, exercice Rythme (respect du)</p>	<p>IDENTITÉ Cohérence, accord avec ses valeurs Affirmation de soi Appartenance identitaire Authenticité Confiance en soi Estime de soi /de l'autre Évolution Respect de soi /de l'autre Intégrité</p>
<p>SÉCURITÉ Confiance Harmonie Paix Préservation (du temps, de l'énergie) Protection Réconfort Sécurité (affective et matérielle) Soutien</p>	<p>PARTICIPATION Contribuer au bien-être ou à l'épanouissement de soi / de l'autre Coopération Concertation Cocréation Connexion Expression Interdépendance</p>
<p>LIBERTÉ Autonomie Indépendance Émancipation Libre arbitre (exercice de son ...) Spontanéité Souveraineté</p>	<p>ACCOMPLISSEMENT DE SOI Actualisation de ses potentialités Beauté Création Expression Inspiration Réalisation Choix de ses projets de vie, valeurs, opinions, rêves ... Évolution - apprentissage Spiritualité</p>
<p>RECRÉATION Défolement, détente Jeu Récréation Ressourcement Rire</p>	<p>SENS Clarté Comprendre Discernement Orientation Signification Transcendance Unité Communion</p>
<p>BESOINS RELATIONNELS Appartenance Attention Communion Compagnie Contact Empathie Intimité Partage Proximité Amour Chaleur humaine Délicatesse, tact Honnêteté, sincérité Respect</p>	<p>CÉLÉBRATION Appréciation Contribution à la vie (des autres / de la mienne) Partage des joies et des peines Prendre la mesure du deuil et de la perte (d'une occasion, d'une affection, d'un rêve ...) Ritualisation Reconnaissance Gratitude</p>