

## Quelques besoins humains fondamentaux que nous avons tous en commun

<b>Besoins physiologiques (essentiels)</b>	<b>Besoins personnels</b>	<b>Besoins relationnels, sociaux (en lien avec les autres)</b>
<p style="text-align: center;"><b>De survie</b></p> <p>de boire, de manger, de respirer, d'un abri de repos de bouger, de jeu , de détente de présence, de soin ...</p>	<p>De respect de justice, de clarté, de repères de sens de comprendre (<i>savoir pourquoi</i>) d'apprendre, de découvertes d'évoluer, de maîtriser . . .</p>	<p>D'appartenir à un groupe d'avoir des amis d'être accepté, d'être apprécié, d'être reconnu de compagnie, de contact de chaleur humaine d'honnêteté, de sincérité de réconfort, d'aide de compréhension d'attention, de délicatesse de partager ses joies, ses peines d'être écouté . . .</p>
<p style="text-align: center;"><b>De sécurité</b></p> <p>de protection d'être rassuré, de soutien de confiance en l'autre de tendresse, d'être aimé. . .</p>	<p style="text-align: center;"><b>D'autonomie</b></p> <p>de liberté, d'indépendance de se débrouiller par soi même d'affirmation de soi de confiance en soi de pouvoir choisir ses rêves, ses valeurs, ses projets de vie et de décider de la façon dont on veut les voir se réaliser de créer, d'imaginer . . .</p> <p>de silence, de tranquillité de calme, de paix respect de son rythme d'intimité de temps et d'espace pour soi</p> <p style="text-align: center;"><b>De beauté, d'harmonie</b></p> <p>de fêter, de célébrer, de vivre et de traverser les moments importants de la vie (<i>les joies, les peines . . .</i>) de sentir l'intensité de la vie en soi . . .</p>	<p style="text-align: center;"><b>D'exprimer sa reconnaissance</b></p> <p>sa gratitude (<i>remercier l'autre d'avoir contribué à me rendre la vie plus agréable</i>)</p> <p>de contribuer moi même à mon bien être et à celui de l'autre d'aimer . . .</p>