

## Algunas necesidades humanas fundamentales que tenemos en común

<p><b>SUBSISTENCIA</b>            Abrigo            Aire, respiración            Alimentación            Évacuación            Hydratación            Luz            Reposo            Reproducción (subsistencia de la especie)            Movimiento, ejercicio            Ritmo (respeto de)</p> <hr/> <p><b>SEGURIDAD</b>            Confianza            Armonía            Paz            Preservar el tiempo y la energía            Protección            Confort            Seguridad (afectiva y material)            Apoyo</p> <hr/> <p><b>LIBERTAD</b>            Autonomía            Independencia            Emancipación            Libertad de elegir            Espontaneidad, Soberanía</p> <p><b>RECREACIÓN</b>            Desfogarse, relajación            Juego            Entretenimiento            Reponer energía            Reír</p> <p><b>NECESIDADES RELACIONALES</b>            Pertener            Atención            Comuni3n            Compañía            Contacto            Empatía            Intimidad            Compartir            Proximidad            Amor            Calor humano            Delicadeza, tacto            Honestidad, sinceridad            Respeto</p>	<p><b>IDENTIDAD</b>            Coherencia, acuerdo con sus valores            Afirmación de uno mismo            Pertenencia con iguales            Autenticidad            Confianza en si mismo            Estima de uno mismo y del otro            Evolución            Respeto de uno mismo y del otro            Integridad</p> <hr/> <p><b>PARTICIPACIÓN</b>            Contribuir al bien estar y desarrollo de sí mismo y del otro            Cooperación            Concertación            Co-creación            Conexión            Expresión            Interdependencia</p> <hr/> <p><b>REALIZACIÓN</b>            Actualización de los potenciales            Belleza, Creación            Expresión, Inspiración            R3alización, Elegir su proyecto de vida, valores, opiniones, sueños...            Evolución – Aprendizaje            Espiritualidad</p> <hr/> <p><b>SENTIDO</b>            Claridad            Comprensi3n            Discernimiento            Orientaci3n            Significaci3n            Transcendencia            Unidad            Comuni3n</p> <hr/> <p><b>CELEBRACIÓN</b>            Apreciaci3n            Contribuci3n a la vida (de los dem3s y de la nuestra)            Compartir alegrías y penas            Vivir el duelo y la p3rdida (de una ocasi3n, de un afecto, de un sueño...)            Ritual            Reconocimiento,            Gratitud</p>
--	--