

Liste des besoins typiques par niveaux

Niveaux	Famille de besoins	Mesure
Niveau 5	Besoins d'accomplissement de soi	
	<ul style="list-style-type: none"> J'ai besoin de me réaliser J'ai besoin de développer tout mon potentiel J'ai besoin de laisser s'exprimer pleinement qui je suis J'ai besoin de laisser s'exprimer pleinement ma créativité J'ai besoin d'autonomie J'ai besoin de liberté J'ai besoin de m'affranchir de ce qui entrave mon accomplissement J'ai besoin de temps pour travailler à mon développement J'ai besoin de trouver ma voie J'ai besoin de trouver ma place dans la vie J'ai besoin d'être en accord et d'équilibre J'ai besoin de paix (quiétude & équilibre) J'ai besoin de transmettre J'ai besoin de justice ... 	
Niveau 4	Besoins d'estime & d'amour de soi	
	<ul style="list-style-type: none"> J'ai besoin de m'aimer J'ai besoin de reconnaissance pour ce que je suis. J'ai besoin de reconnaissance pour ce que je peux faire. J'ai besoin de donner du sens à ma vie J'ai besoin qu'on me laisse ma place dans le groupe. J'ai besoin de m'identifier à un groupe/une croyance J'ai besoin de prestige, de pouvoir me différencier J'ai besoin qu'on reconnaisse mes forces, mes capacités J'ai besoin de confiance en moi vis-à-vis du reste du monde J'ai besoin de me sentir progresser dans la vie (apprendre, ...) J'ai besoin de pouvoir me projeter dans mon futur moi (projets,..) ... 	
Niveau 3	Besoins d'appartenance & de reconnaissance	
	<ul style="list-style-type: none"> J'ai besoin de relations affectueuses J'ai besoin de trouver ma place dans un groupe J'ai besoin de me sentir aimé et respecté pour ce que je fais J'ai besoin d'aimer J'ai besoin de pouvoir communiquer, partager J'ai besoin de reconnaissance pour ce que je fais J'ai besoin de contacts physiques amoureux. J'ai besoin d'éprouver du plaisir, de la joie et de l'enthousiasme J'ai besoin de pouvoir faire les choses comme je le souhaite. ... 	
Niveau 2	Besoins de sécurité	
	<ul style="list-style-type: none"> J'ai besoin de pouvoir m'abriter du danger J'ai besoin de me tenir à l'écart de l'inconnu J'ai besoin de sécuriser mon futur J'ai besoin de me tenir à l'écart des imprévus J'ai besoin de stabilité (famille, travail, rythme,...) J'ai besoin d'être encadré (règles, croyances, habitudes,..) J'ai besoin d'être supporté dans ce que je fais J'ai besoin de pouvoir extérioriser mes émotions J'ai besoin de pouvoir m'isoler J'ai besoin d'être respecté J'ai besoin de me respecter J'ai besoin de réparer mes blessures psychologique J'ai besoin de ... 	
Niveau 1	Besoins physiologiques	
	<ul style="list-style-type: none"> J'ai besoin de pouvoir m'alimenter correctement J'ai besoin de m'hydrater J'ai besoin de respirer J'ai besoin de pouvoir me reposer correctement J'ai besoin d'éliminer mes toxines J'ai besoin de réguler ma température J'ai besoin de soigner ma santé physique J'ai besoin de lumière J'ai besoin de contacts sexuels J'ai besoin d'hygiène corporelle ... 	