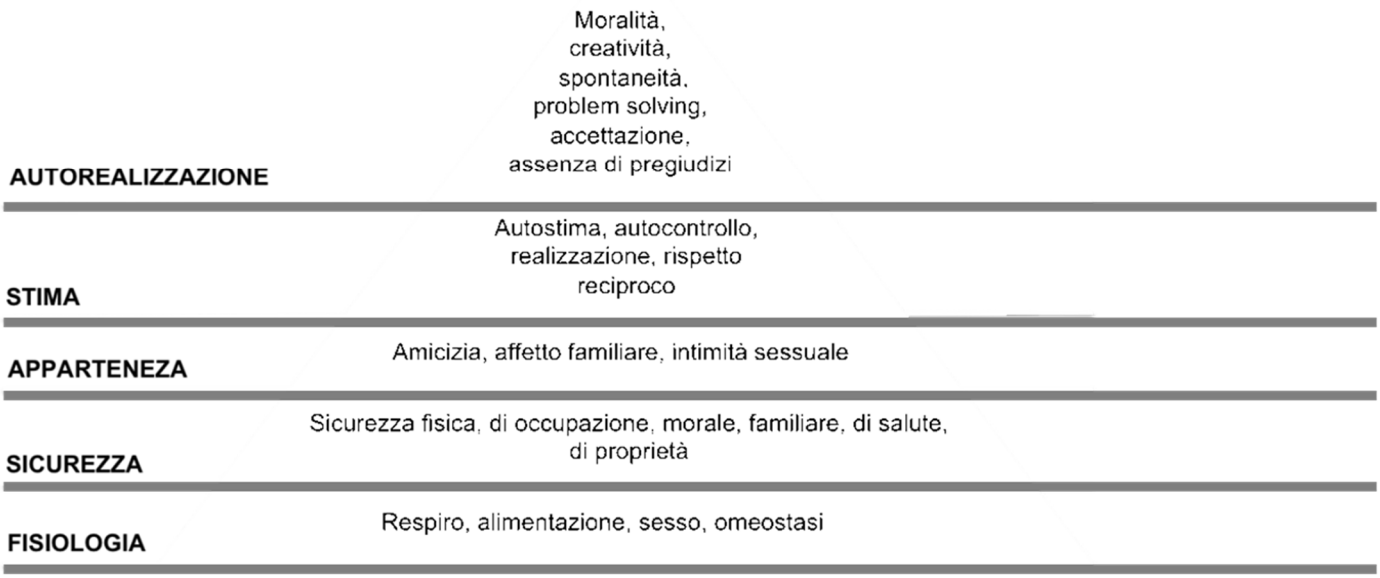
ALLEGATO 2. BISOGNI UNIVERSALI

Piramide dei bisogni secondo Maslow



Altra classificazione

L'inventario dei bisogni di M. Rosenberg

- CELEBRAZIONE: festeggiare la creazione della vita e i sogni realizzati, celebrare delle perdite (delle persone amate, dei sogni, celebrare il lutto…).
- INTEGRITA': autenticità, autorealizzazione, creatività, dare significato (alle cose, alla vita…);
- AUTONOMIA: libertà di scegliere i propri sogni, obiettivi, valori; libertà di scegliere i propri progetti per realizzare i propri sogni, obiettivi, valori.
- INTERDIPENDENZA: accettazione, amore, appartenenza comunitaria, apprezzamento, calore umano, comprensione, contribuire all'arricchimento della vita (esercitare il proprio potere di offrire ciò che contribuisce alla vita), delicatezza, tatto, empatia, fiducia, giustizia, intimità, onestà (che ci rende capaci di imparare dai nostri limiti), rispetto, prossimità, sicurezza (affettiva, materiale), stima, supporto, sostegno.
- TRASCENDENZA: armonia, bellezza, ispirazione, ordine, pace.
- GIOCO: divertimento, ridere, scherzare.
- BISOGNI FISIOLOGICI: aria, acqua, cibo, contatto, espressione sessuale, movimento, protezione da forme di vita che minacciano la vita (virus…) , riparo, riposo.