

● FIZYCZNE

- powietrze
- woda
- pożywienie
- schronienie
- aktywność fizyczna
- termoregulacja
- higiena
- odpoczynek, relaks
- sen
- bezpieczeństwo fizyczne
- zdrowie

● PSYCHOLOGICZNE

- stabilność
- bezpieczeństwo finansowe
- ochrona przed zagrożeniami
- rozwój osobisty
- realizacja
- satysfakcja
- spełnienie
- poczucie własnej wartości
- osiągnięcia
- uznanie, prestiż
- autonomia, wolność wyboru
- kompetencja
- równowaga psychiczna
- harmonia
- posiadanie
- działanie, sprawczość
- twórczość i ekspresja
- władza
- etyka i moralność
- szacunek
- samorealizacja
- tożsamość
- struktura wartości
- edukacja
- status
- sens życia
- spójność
- zaufanie

● SPOŁECZNE

- przynależność
- współzależność
- poczucia wspólnoty
- wysłuchanie
- relacyjność
- wsparcie
- miłość
- bliskość
- czułość
- intymność
- namiętność
- wyrażania seksualności
- zaangażowanie
- uleczenie "ran"
- zrozumienie, akceptacja
- legitymacja grupowa
- zakorzenienie/osadzenie
- uczestnictwo społeczne
- bezpieczeństwo emocjonalne
- satysfakcja emocjonalna
- balans wkładu
- relacje międzyludzkie
- przyjaźń
- założenie rodziny

● DUCHOWE

- potrzeba wiary
- rozwój duchowy
- powierzenie woli i życia
- dążenie do prawdy i dobra
- idee
- zjednoczenie
- sens i cel życia
- odrzucenie zazdrości, nienawiści...
- związek z ... wszechświatem
- transcendencja
- oświecenie
- mistyczne doświadczenia

Inne podejścia, wprowadzają kategorie potrzeb: materialnych i niematerialnych, emocjonalnych, relacyjnych, wymiany społecznej, szacunku, samookreślenia, motywacyjnych, zrównoważonego rozwoju, egzystencjonalne, związku ze sobą, z innymi, ze światem.....