



**Маслоу Абрахам  
Харольд**

**1908-1970Г**

# НЕМНОГО БИОГРАФИИ



- ◉ *Абрахам Маслоу (англ. Abraham Maslow; 1 апреля 1908, Нью-Йорк — 8 июня 1970, Менло-Парк, Калифорния) — известный американский психолог, основатель гуманистической психологии.*
- ◉ *Широко известна иногда приписываемая Маслоу так называемая «Пирамида Маслоу» — диаграмма, иерархически представляющая человеческие потребности. Однако ни в одной из его публикаций такой схемы нет, напротив, он считал, что иерархия потребностей не является фиксированной и в наибольшей степени зависит от индивидуальных особенностей каждого человека.*

- *«Пирамида потребностей», введённая, вероятно, для упрощённого изложения идеи иерархии потребностей, встречается впервые в немецкоязычной литературе 1970-х годов, например, в первом издании учебника У. Стоппа (1975 год).*
- *Его модель иерархии потребностей нашла широкое применение в экономике, занимая важное место в построении теорий мотивации и поведения потребителей.*

# ОБРАЗОВАНИЕ

- По совету отца, поступил в юридический колледж. Быстро утратив интерес к учебе, он даже не закончил первого курса. В конце 1928 года он женился на Берте, своей двоюродной сестре, за которой долго ухаживал. Они поступили в Мэдисонский университет (Висконсин), где Маслоу стал бакалавром (1930), магистром (1931) и доктором (1934) психологии.



- Маслоу получил классическое бихевиористское образование, а его первая научная работа, которая сулила ему блестящее будущее, была посвящена взаимосвязи сексуальности и социального поведения у приматов







- Первые попытки Маслоу заявить о своих новых идеях вызвали негативную реакцию в американском психологическом сообществе, где доминировали бихевиористы. Даже коллеги по факультету сторонились его, ведущие психологические журналы отказывались публиковать научные работы. В 1951 году Маслоу стал первым деканом психологического факультета недавно созданного университета Брандейса.

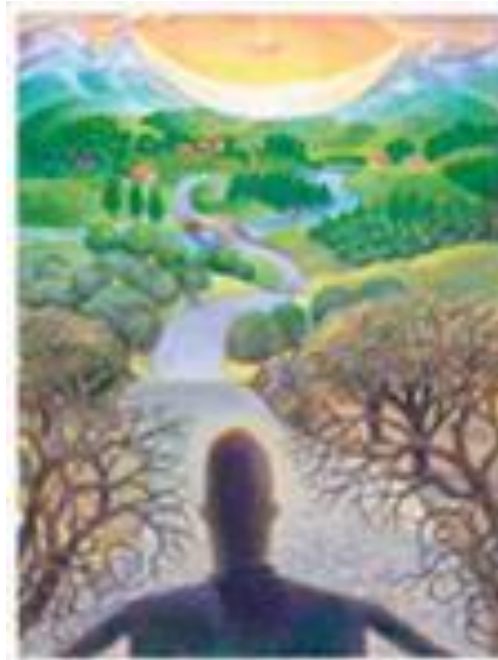
- Он проработал там до 1969 года. Именно в этот период началось признание его идей, стала оформляться как отдельное направление, гуманистическая психология. В 60-е годы Маслоу стал популярным, а в 1967 году был избран президентом Американской психологической ассоциации, что вызывало удивление его самого



AMERICAN  
PSYCHOLOGICAL  
ASSOCIATION

# НАУЧНЫЕ ВОЗЗРЕНИЯ МАСЛОУ

- Маслоу был одним из первых, кто стал изучать положительные стороны человеческого поведения. Его исследования самоактуализирующихся личностей позволили сформулировать позитивный, гуманистический взгляд на человеческую природу.



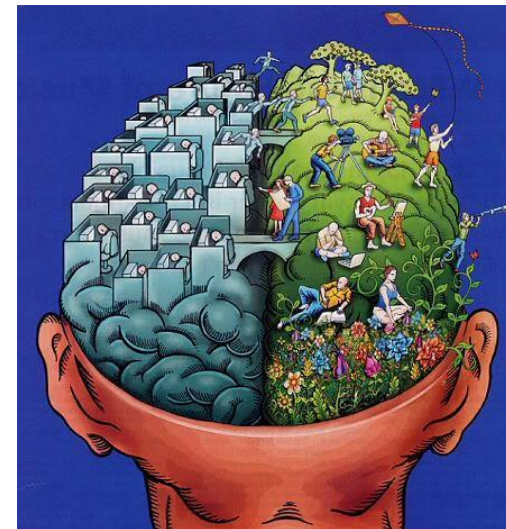


- Если прежде психология, особенно психоанализ, изучала людей с различными психическими отклонениями и на основе этого и были сформулированы теории личности, то Маслоу взял в качестве образцов здоровых и реализованных людей, как следствие, он получил новые данные о природе человека.



# Самоактуализация

- Бихевиоризм и психоанализ, или дефицитарные психологии, как называл их Маслоу, избегали многих культурных, социальных и индивидуальных аспектов проявления человека, таких как креативность, любовь, альтруизм и так далее. Для бытийной психологии, которую предложил Маслоу, именно эти проявления человека и были наиболее интересны.



- Самая известная теория Маслоу — теория мотивации, основанная на модели иерархии потребностей. Самой высшей потребностью, которая подталкивает человека к раскрытию своих способностей и талантов, является, по мнению Маслоу, потребность в самоактуализации.
- — явление врожденное, она входит в природу человека. Человек рождается с потребностями в добре, нравственности, доброжелательности. Они составляют ядро человека. И человек должен уметь эти потребности реализовать. Следовательно, самоактуализация — это одна из врожденных потребностей

- Рассматривая человека, Маслоу подчеркивал его особое положение, отличное от животных, говоря, что изучение животных неприменимо для понимания человека, так как при этом игнорируются те характеристики, которые присущи только человеку (юмор, зависть, вина и т.д.), он полагал, что от природы в каждом человеке заложены потенциальные возможности для позитивного роста и совершенствования



- Можно выделить три этапа развития этой теории. На первом этапе Маслоу уходит от жёстко заданной иерархии потребностей и разделяет все мотивы на две группы: дефицитарные и бытийные. Первая группа направлена на восполнение дефицита, как например потребности в еде или во сне. Это неизбежные потребности, которые обеспечивают выживание человека. Вторая группа мотивов служит развитию, это бытийные мотивы — активность, которая возникает не для удовлетворения потребностей, а связана с получением удовольствия, удовлетворения, с поиском более высокой цели и её достижением. На третьем этапе в теории Маслоу появляются понятия метамотивации и метапотребности, которые связаны с бытийными ценностями человека, такими как истина, добро, красота и другие. Этот бытийный пласт существования личности может открываться человеку в так называемых «пиковых переживаниях» (peak-experience), представляющих собой опыт восторга, эстетического наслаждения, сильных положительных эмоций

- Развивая эти идеи, Маслоу приходит к пониманию ограниченности рамок гуманистической психологии и участвует в создании новой, «четвёртой силы» — трансперсональной психологии
- Идеи Маслоу привлекали к себе большое внимание как сторонников, так и критиков. Последние утверждали, что выборки исследований были слишком малы для подобных обобщений. Особенно сильно досталось Маслоу за субъективность критериев выбора самоактуализирующихся личностей, а также за отсутствие в его теориях учёта социальных факторов, окружающего контекста





- Диаграмма Маслоу показывает, в каком порядке человек в среднем удовлетворяет свои потребности. Хотя статистически диаграмма верна, бывают случаи, когда, например, потребность в признании для человека важнее потребности в любви.
- Маслоу считал, что все самоактуализированные люди имеют общие характерные черты:
- Более эффективное восприятие реальности и более удобные отношения с реальностью.
- Принятие (себя, других, природы).
- Непосредственность; простота; естественность.
- Сосредоточенность на проблеме [в противоположность эго-центрированности].
- Способность обособиться; потребность в уединении.
- Автономия; независимость от культурных штампов и окружения.

- Сохраняющаяся свежесть восприятия.
- Мистический и вершинный опыт.
- Чувство общности с другими (нем. Gemeinschaftsgefühl)
- Более глубокие и проникновенные взаимоотношения.
- Демократичность.
- Способность распознавать цели и средства, хорошее и плохое.
- Философский, незлобный доброжелательный юмор.
- Креативность.
- Сопrotивление окультуриванию; вне любой определённой культуры.
- К числу таких самоактуализированных людей Маслоу относил Авраама Линкольна, Томаса Джефферсона, Альберта Эйнштейна, Элеонору Рузвельт, Джейн Адамс, Уильяма Джеймса, Альберта Швейцера, Олдоса Хаксли и Баруха Спинозу.

# ИЕРАРХИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКИХ ПОТРЕБНОСТЕЙ

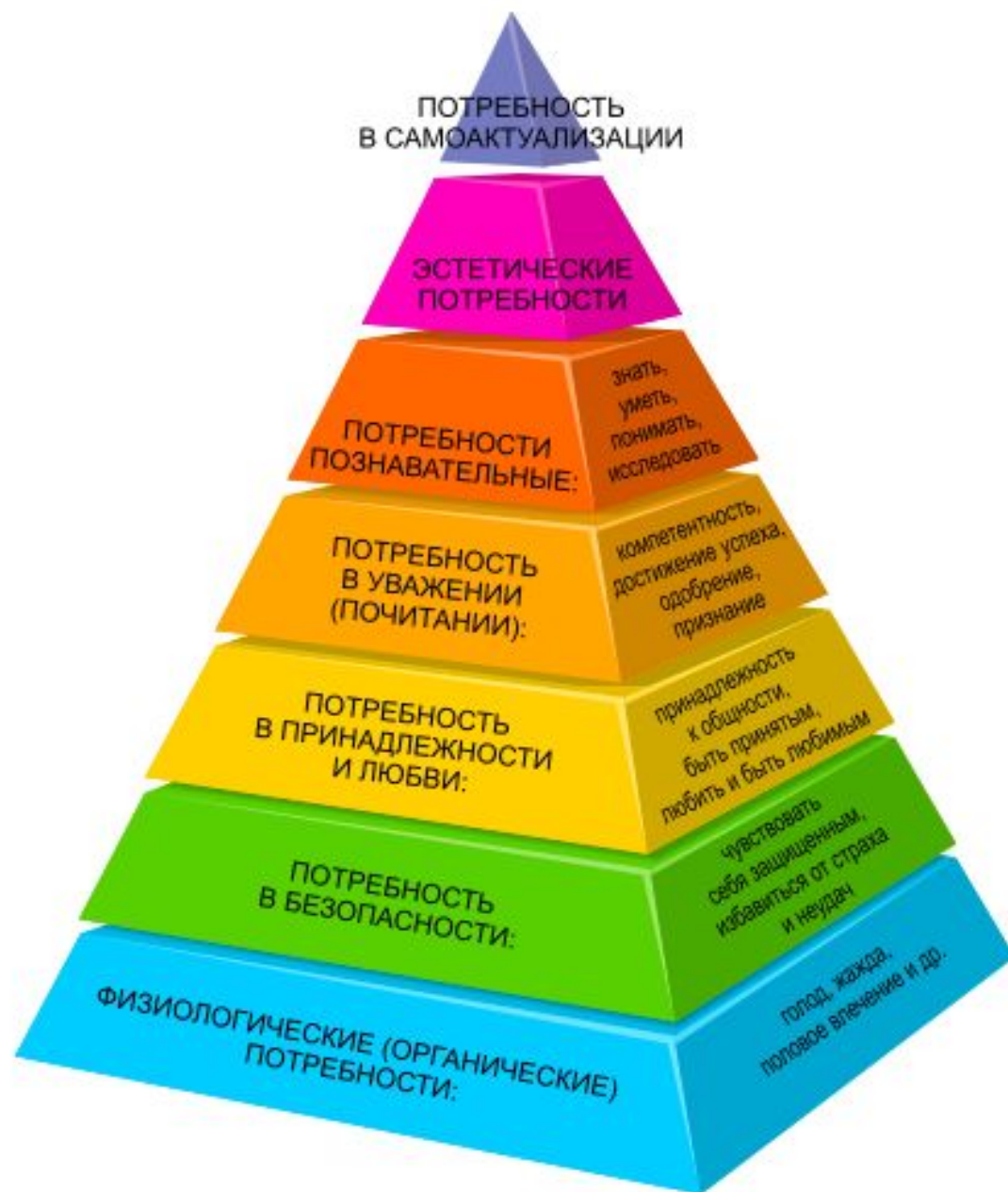
Ступени (снизу вверх):

1. Физиологические
2. Безопасность
3. Любовь/Принадлежность к чему-либо
4. Уважение
5. Познание
6. Эстетические
7. Самоактуализация

Причём последние три уровня: «познание», «эстетические» и «самоактуализация» в общем случае называют «Потребностью в самоактуализации» (Потребность в личностном росте.)

# ДИАГРАММА МАСЛОУ





# ВОПРОС О МОТИВАЦИИ

- Маслоу говорил, что люди мотивированы для поиска личных целей, и это делает их жизнь значительной и осмысленной. Он описывал человека, как «желающее существо», который редко достигает состояния полного удовлетворения. Полное отсутствие желаний и потребностей, если оно существует, в лучшем случае недолговечно. Если одна потребность удовлетворена, другая всплывает на поверхность и направляет внимание и усилие человека.
- Маслоу предположил, что все потребности врожденные и представил свою концепцию иерархии потребностей в мотивации человека в порядке их очередности:





# ПОТРЕБНОСТЕЙ В МОТИВАЦИИ ЧЕЛОВЕКА

- **Потребности самоактуализации:** реализация потенциала
- **Потребности самоуважения:** значение, компетентность
- **Потребности принадлежности и любви:** присоединение и принятие
- **Потребности безопасности:** долговременное выживание и стабильность
- **Физиологические потребности:** голод, жажда и т.д.



# В ОСНОВЕ ЭТОЙ СХЕМЫ ЛЕЖИТ ПРАВИЛО



- доминирующие потребности, расположенные внизу, должны быть более или менее удовлетворены до того, как человек должен осознать наличие и быть мотивированным потребностями, расположенными вверху, т.е. удовлетворение потребностей, расположенных внизу иерархии, делает возможным осознание потребностей, расположенных выше в иерархии, и их участие в мотивации. По Маслоу, это является главным принципом, лежащим в основе организации мотивации человека, и чем выше человек может подняться в этой иерархии, тем большую индивидуальность, человеческие качества и психическое здоровье он продемонстрирует

# УДОВЛЕТВОРЕНИЕ СРЕДНИМ ЧЕЛОВЕКОМ СВОИХ ПОТРЕБНОСТЕЙ

- ⦿ n физиологические - 85%,
- ⦿ n безопасность и защита - 70%,
- ⦿ n любовь и принадлежность - 50%,
- ⦿ n самоуважение - 40%,
- ⦿ n самоактуализация - 10%.
- ⦿ Если потребности более низкого уровня перестанут удовлетворяться, человек вернется на данный уровень и останется там, пока эти потребности не будут в достаточной мере удовлетворены

# ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПОТРЕБНОСТИ

- непосредственно касаются биологического выживания человека и должны быть удовлетворены на каком-то минимальном уровне, т.е. человек, которому не удастся удовлетворить эти основные потребности, достаточно долго не будет заинтересован в потребностях, занимающих высшие уровни иерархии, поскольку она очень быстро становится настолько доминирующей, что все другие потребности исчезают или отходят на задний план.



# ПОТРЕБНОСТИ БЕЗОПАСНОСТИ И ЗАЩИТЫ



- Сюда включены следующие потребности: потребности в организации, стабильности, в законе и порядке, в предсказуемости событий и в свободе от таких угрожающих сил, как болезнь, страх и хаос. Таким образом, эти потребности отражают заинтересованность в долговременном выживании. Предпочтение надежной работы со стабильным высоким заработком, создание сберегательных счетов, приобретение страховки можно рассматривать как поступки, отчасти мотивированные поисками безопасности.



# ПОТРЕБНОСТИ

## ПРИВЯЗАННОСТИ И ЛЮБВИ

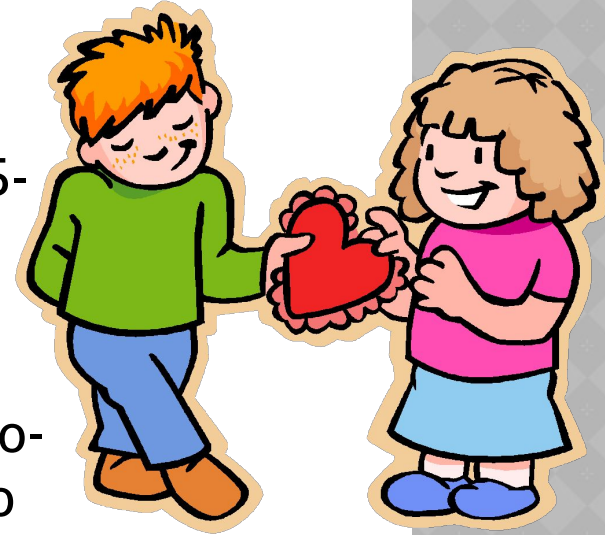


- На этом уровне люди стремятся установить отношения привязанности с другими в своей семье или в группе. Ребенок хочет жить в атмосфере любви и заботы, в которой все его потребности удовлетворяются и он получает много ласки. Подростки, стремящиеся найти любовь в форме уважения и признания своей независимости и самостоятельности, тянутся к участию в религиозных, музыкальных, спортивных и других сплоченных группах. Молодые люди испытывают потребность в любви в форме сексуальной близости, то есть необычных переживаний с лицом противоположного пола.



# ЛЮБОВЬ

- Маслоу определил два вида любви у взрослых: дефицитарная или Д-любовь, и бытийная или Б-любовь. Первая основана на дефицитарной потребности - это любовь, исходящая из стремления получить то, чего нам не хватает, скажем, самоуважения, секс или общество кого-то, с кем мы не чувствуем себя одинокими. Это эгоистичная любовь, которая берет, а не дает. Б-любовь, наоборот, основана на осознании человеческой ценности другого, без какого-либо желания изменить или использовать его. Эта любовь, по мнению Маслоу, дает возможность человеку расти.



# ПОТРЕБНОСТИ САМОУВАЖЕНИЯ

- Маслоу разделил их на два типа: самоуважение и уважение другими. Первый включает такие понятия, как компетентность, уверенность, независимость и свобода. Человеку нужно знать, что он достойный человек, может справляться с задачами и требованиями, которые предъявляет жизнь. Уважение другими включает в себя такие понятия, как престиж, признание, репутация, статус, оценка и приятие. Здесь человеку необходимо знать, что то, что он делает, признается и оценивается.



# ПОТРЕБНОСТИ САМОАКТУАЛИЗАЦИИ



- Маслоу охарактеризовал **самоактуализацию** как желание человека стать тем, кем он может быть. Человек, достигший этого высшего уровня, добивается полного использования своих талантов, способностей и потенциала личности, т.е. самоактуализироваться - значит стать тем человеком, которым мы можем стать, достичь вершины нашего потенциала.

- по Мнению Маслоу самоактуализация очень редка, т.к. многие люди просто не видят своего потенциала, либо не знают о его существовании, либо не понимают пользы самосовершенствования. Они склонны сомневаться и даже бояться своих способностей, тем самым уменьшая шансы для самоактуализации. Это явление Маслоу назвал комплексом Ионы. Он характеризуется страхом успеха, который мешает человеку стремиться к величию и самосовершенствованию.

# КАТЕГОРИИ МОТИВОВ

- n дефицитные мотивы
- n мотивы роста.
- Первые направлены на удовлетворение дефицитарных состояний, например, голод, холод опасность. Они являются стойкими характеристиками поведения.

В отличии от Д-мотивов мотивы роста (или метапотребности, или бытийные потребности, или Б-мотивы) имеют отдаленные цели. Их функция состоит в обогащении и расширении жизненного опыта. К метапотребностям можно отнести: целостность, совершенство, активность, красота, доброта, уникальность, истина, честь, реальность и т.д.

# ХАРАКТЕРИСТИКИ САМОАКТУАЛИЗИРУЮЩИХСЯ ЛЮДЕЙ:

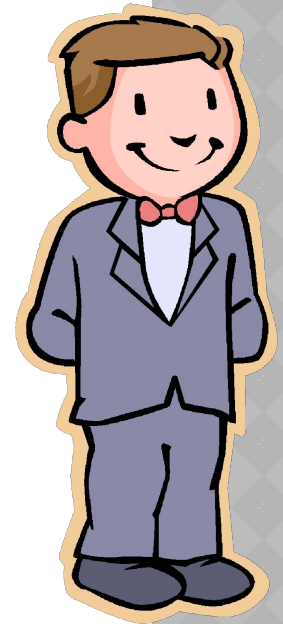
- 1. Более эффективное восприятие реальности;
- 2. Приятие себя, других и природы. (принять себя такими, какими они есть);
- 3. Непосредственность, простота и естественность;
- 4. Центрированность на проблеме;
- 5. Независимость: потребность в уединении;





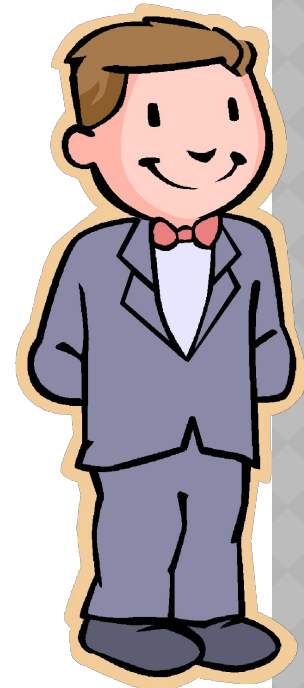
# ХАРАКТЕРИСТИКИ САМОАКТУАЛИЗИРУЮЩИХСЯ ЛЮДЕЙ:

- ⦿ 6. Автономия: независимость от культуры и окружения;
- ⦿ 7. Свежесть восприятия;
- ⦿ 8. Вершинные, или мистические, переживания (моменты сильного волнения или высокого напряжения, а так же моменты расслабления, умиротворения, блаженства и спокойствия );
- ⦿ 9. Общественный интерес;
- ⦿ 10. Глубокие межличностные отношения;



# ХАРАКТЕРИСТИКИ САМОАКТУАЛИЗИРУЮЩИХСЯ ЛЮДЕЙ:

- ⦿ 11. Демократичный характер (отсутствие предубеждений);
- ⦿ 12. Разграничение средств и целей;
- ⦿ 13. Философское чувство юмора (доброжелательный юмор);
- ⦿ 14. Креативность (способность к творчеству);
- ⦿ 15. Сопротивление окультуриванию (находятся в гармонии со своей культурой, сохраняя определенную внутреннюю независимость от нее).



# ЗАКЛЮЧЕНИЕ

- С точки зрения гуманистической психологии только сами люди ответственны за выбор, который они делают. Это не означает, что , если людям дана свобода выбора, они непременно будут действовать в своих собственных интересах. Свобода выбора не гарантирует правильность выбора. Основным принципом этого направления является модель ответственного человека, свободно делающего выбор среди предоставляемых возможностей.

