

Maslowova pyramída

Maslowova pyramída potrieb

Potreba sebarealizácie
Potreba uznania, úcty
Potreba lásky, prijatia, spolupatričnosti
Potreba bezpečia a istoty
Základné telesné, fyziologické potreby

Maslowova pyramída (potrieb) je hierarchia ľudských potrieb, ktorú definoval americký psychológ Abraham Harold Maslow v roku 1943. Podľa tejto teórie má človek päť základných potrieb (od najnižších po najvyššie - spolu teda tvoria akúsi „pyramídu“):

1. fyziologické potreby
2. potreba bezpečia, istoty
3. potreba lásky, prijatia, spolupatričnosti
4. potreba uznania, úcty
5. potreba sebarealizácie

Prvé štyri kategórie Maslow označuje ako nedostatkové potreby a piatu kategóriu ako potreby bytia alebo rastové potreby. Všeobecne platí, že nižšie položené potreby sú významnejšie a ich aspoň čiastočné uspokojenie je podmienkou pre vznik menej naliehavých a vývojovo vyšších potrieb. Toto však nie je možné tvrdiť bezvýhradne a je dokázané, že uspokojovanie vyšších potrieb (estetických, duchovných) môže napomôcť v krajných situáciách ľudského života, v ktorých je možnosť uspokojovania nižších potrieb obmedzená (napr. v prostredí koncentračných táborov, o čom referovali napr. Viktor Frankl alebo Konrad Lorenz). Za najvyššiu považuje Maslow potrebu sebarealizácie, čím označuje ľudskú snahu naplniť svoje schopnosti a zámery.

Abraham Maslow vychádzal z presvedčenia, že výkon pracovníkov je možné zvyšovať až k prirodzeným fyziologickým hraniciam, ak budú uspokojované nielen materiálne, ale i sociálne potreby, t. j. potreby sebarealizácie, sebaaktualizácie, sebauskutočnenia, sociálnej spolupatričnosti k niekomu alebo niečomu, tvorivosti, bezpečia, istoty, postavenia a pod. K saturácii (naplneniu, uspokojeniu) väčšiny potrieb dochádza práve v pracovnom procese. Prínosom tejto školy je, že sa snaží brať organizáciu ako systém zaisťujúci integritu osobných záujmov a záujmov organizácie. Paradoxom, je, že mnohí o sebarealizáciu nestoja, sú motivovaní len nižšími fyziologickými potrebami, pokojom a pohodlím.

Nedostatkové potreby

Fyziologické potreby

Fyziologické potreby sú potreby organizmu a majú najvyššiu prioritu. Skladajú sa prevažne z týchto potrieb:

- potreba dýchania
- potreba regulácie telesnej teploty
- potreba vody
- potreba spánku
- potreba prijímania potravy
- potreba vylučovania

Potreba bezpečia, istoty

Hneď ako sú naplnené fyziologické potreby, začnú narastať potreby istoty:

- istota zamestnania
- istota príjmu a prístupu k zdrojom
- fyzická bezpečnosť - ochrana pred násilím a agresiou
- morálna a fyziologická istota
- istota rodiny
- istota zdravia

Potreba lásky, prijatia, spolupatričnosti

Po naplnení fyziologických potrieb a potrieb bezpečia prichádza tretia vrstva - sociálne potreby. Tie sa vo všeobecnosti skladajú z citových vzťahov ako napr.:

- priateľstvo
- partnerský vzťah
- potreba mať rodinu

Potreba uznania, úcty

Napĺňaním citových vzťahov rastie ďalšia vrstva sociálnych potrieb :

- potreba uznania
- potreba úcty
- potreba ocenenia

Potreby bytia

Potreba seberealizácie

Sebaaktualizácia (pojem zaviedol Kurt Goldstein, niekedy sa označuje ako seberealizácia) je inštinktívna potreba naplniť svoje schopnosti a snaha byť najlepším akým len človek môže byť.

Maslow definoval seberealizovaných ľudí takto:

- Prijímajú okolnosti života (vrátane seba) namiesto toho, aby ich odmietali alebo sa im vyhýbali.
- Sú spontánni v tvorbe myšlienok a činov.
- Sú tvoriví.
- Zaujímajú sa o riešenie problémov, často aj o riešenie problémov iných ľudí. Riešenie týchto problémov hrá v ich živote často kľúčovú rolu.
- Cítia blízkosť iných ľudí a všeobecne si vážia život.
- Majú vnútornú etiku, ktorá je nezávislá od vonkajšej autority.
- Posudzujú iných bez predsudkov, spôsobom, ktorý možno považovať za objektívny.

Sebatranscendencia

Na vrchole pyramídy sa nachádza sebatranscendencia, niekedy nazývaná aj duchovné potreby.

Maslow verí, že by sme mali skúmať a rozvíjať vrcholné zážitky (krátke a zriedkavé momenty inšpirácie, extázy, uvoľnenia tvorivej energie) ako cestu k dosahovaniu osobného rastu a naplnenia. Jednotlivci s najväčšími predpokladmi k dosahovaniu vrcholných zážitkov sú sebaaktualizovaní, zrelí, zdraví a sebanaplnení. Každý človek je schopný mať vrcholné zážitky. Tí, ktorí ich nemajú, ich nejakým spôsobom potlačili alebo zabránili ich vzniku.

Zdroje článkov a prispievatelia

Maslowova pyramída *Zdroj:* <http://sk.wikipedia.org/w/index.php?oldid=5619057> *Prispievatelia:* Aragorn, Bronto, Bubamara, Helix84, MiroslavJosef, Peter439, Rzelnik, Tom778, Vegetator, Zvedavec, 11 anonymné úpravy

Licencia

Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0
[//creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/)
