

SAMOOSTVARENE OSOBE U PSIHOLOGIJI A. H. MASLOWA *

Želimir Puljić

Uvod

U prosincu 1941. godine, nešto iza japanskog napada na američku Biser-nu luku (Pearl Harbor) na otoku Oahu (zapadno od grada Honolulu), Abraham H. Maslow se vraćao kući sa sveučilišta. Morao je dugo čekati na ulici u kolima jer je tuda prolazila parada mladih i starih, na čelu s američkom zastavom, uz gromko pjevanje nacionalne himne.

Abraham Maslow je promatrao tu kolonu ljudi s prašnjavim odijelima, u bezglavom urlikanju. Kako je po naravi bio osjetljiv, počeo je plakati. Bio je to momenat koji je promijenio njegov cijeli život, kako nam on kaže.¹ Tada je odlučio da ostatak svojega života posveti »psihologiji mira«, koja bi se bavila boljim i višim idealima koje je ljudsko biće sposobno postignuti. To ga je prisililo da se zabavi proučavanjem neistraženih dimenzija ljudske ličnosti, i to na način koji se nije slagao s metodama znanosti u kojima se bio specijalizirao. Na Wisconsinom sveučilištu, naime, Maslow je otkrio psihologiju J. Watsona i na prvi mah mu se učinilo da je našao pravi put kako rješavati svjetske probleme. Maslow je bio oduševljen Watsonovom psihologijom i zdušno se bavio istraživanjem u laboratorijima. Čitao je usput i djela S. Freuda. Uskoro mu se rodilo i prvo dijete. Dolazak djeteta na svijet poljuljao je njegovu vjeru u behaviorizam, te je ustvrdio da nitko »tko ima dijete ne može biti behaviorist«.²

Mogli bismo ovdje ukratko sažeti tri značajna iskustva iz života Abrahama Maslowa koja su dala pečat njegovoj kasnijoj orijentaciji: a) otkriće Watsonove, a poslije i Freudove, psihologije; b) ženidba i iskustvo oca koji ima djecu; c) susret s nekim poznatim psiholozima



* Abraham Harold Maslow rodio se u New Yorku 1. travnja 1908. u siromašnoj židovskoj četvrti Brooklyn; bio je prvorođenac od sedmero djece. Premda je njegov otac, ruski Židov, htio da mu sin studira pravo, Abraham je upisao filozofiju na Wisconsinom sveučilištu i predijelio se za psihologiju. 1934. postigao je doktorat, a 1937. postao je profesorom psihologije u Brooklynu, gdje je predavao do 1951. godine. Od 1951. do 1969. predaje na židovskom sveučilištu Brandeis kao predstojnik psihološkog odsjeka. 1969. godine, na poziv W. P. Laughlina da se pridruži skupini istraživača »Laughlin Charitable Foundation« u Menlo Parku, Maslow odlazi u Kaliforniju. Međutim, srdačni udar mu ne dopušta da ispunji planove, i on umire, prije deset godina, 6. lipnja 1970.

Možemo ovdje još samo napomenuti da je Maslow svojim radom i djelom usko povezan uz psihološki smjer koji je poznat pod imenom »treće psihološke sile« ili »humanističke psihologije«.

¹ M. H. Hall, Conversation with Abraham H. Maslow, u *Psychology Today* 2, 1968, 54.

² Nav. mj., 55.

koje je upoznao u New Yorku: E. Fromm, K. Horney, R. Benedict, M. Wertheimer i A. Adler. (Sam Maslow se hvali da je imao najbolje profesore na svijetu.)

Cilj i interes A. Maslowa bijaahu da nauči: koliki potencijal ima čovjek u sebi, što sve može postati i dokle se može razviti. Da bismo doznali što je psihološko zdravlje, potrebno je studirati potpuno zdrave ljude. Zbog toga on kritizira Freuda i sljedbenike koji se trude da razumiju narav osobe studirajući samo neurotične i bolesne pojedince. Ne, veli Maslow, mi se moramo okrenuti boljim stranama ljudske naravi. Jer, ako želimo doznati kako brzo može trčati čovjek uopće, onda to nećemo zaključivati prema invalidima, nego prema onima koji su odnijeli olimpijsku medalju, koji su najbolji. Samo tako možemo zaključiti kako čovjek može brzo trčati. Slično tome, studirajući zdrave i ostvarene osobe, mi možemo zaključiti koliko se čovjek može razviti i što sve može postati.

Maslowa su osobno poglavito zanimala dvije osobe, njegova dva profesora u New Yorku: Max Wertheimer i Ruth Benedict. Oboje su naime bili različiti od drugih, »običnih« ljudi i ostavljali su neobičan dojam na mladoga Maslowa. On ih je promatrao, pravio bilješke i uspoređivao njihove kvalitete te je došao do zaključka da oboje posjeduju neke karakteristike koje bi se mogle generalizirati i naći u manjoj ili većoj mjeri u drugih. Tako se rodio njegov interes za studiranje »boljih i zdravijih« ljudskih kvaliteta, što će uroditi opširnijom studijom »autorealiziranih pojedinaca« objavljenom 1950. godine. Za skupljanje podataka Maslow je upotrijebio dotada nezamislivu metodologiju u psihologiji, tzv. ideografsku (opisnu) a ne nomotetsku (zakonsku, znanstvenu). Proučavao je neke historijske likove i stotinjak studenata, upotrebljavajući intervjue, testove sa živim subjektima, te biografsku analizu kod historijskih ličnosti, služeći se obilno i autobiografskim podacima. Opći zaključak je bio da čovjek posjeduje urođene motive koji ga tjeraju naprijed da se razvija, raste, da realizira sebe i postane ono što je kadar postati. Da li će on to uspjjeti ispuniti i realizirati, uvelike ovisi i o njemu i o socijalnim silama koje mogu spriječiti ili stimulirati realizaciju.

Iako Maslow drži da vrlo mali postotak u našem društvu postiže auto-realizaciju (čak ni 1% po njegovu mišljenju), on je ipak optimist u vezi s mogućnosti da se postotak realiziranih poveća i da što veći broj ljudi postigne ostvarene ideale pune ljudskosti ili bar krene u tom smjeru. Istina, negativna iskustva utječu na našu sadašnju zbilju, ali ona nisu odlučujuća. Mi možemo ne biti njihova žrtva, te orijentirati svoj rast prema većim stadijima psihološke zrelosti.

Što je to što pokreće (motivira) zdravu osobu?

Maslow smatra, kao što smo već istaknuli, da ljudsko biće posjeduje urođenu težnju (mogli bismo reći čak i nagon) da se realizira. Osim te težnje, tog motiva prema realizaciji, postoji još nekoliko motiva koji su raspoređeni po nekoj vrsti hijerarhijske nadmoći od slabih prema

jačima. On ih nabraja pet. Da bismo ih bolje mogli predočiti i shvatiti, zamislimo ih u obliku jedne skale: da bismo zakoračili na drugu stepenicu, potrebno je stati na prvu, a prije treće na drugu i tako redom. Isto je i s ljudskim motivima. I oni su postavljeni na neku vrstu stepenica prema kriteriju od jačeg prema slabijem. Da bi se pojavili motivi iz druge grupe, s druge stepenice, potrebno je da oni s prve budu zadovoljeni. Tih pet stepenica, pet grupa motiva, on naziva pet raznih potreba. To su: fiziološke potrebe, sigurnosne potrebe, potreba pripadnosti i ljubavi, potreba štovanja i poštovanja, potreba samoostvarenja.

To je pet grupa motiva koji pokreću naše djelovanje. Nisu svi najednoplut angažirani. Samo po jedan motiv dominira u danom momentu. Ako smo npr. kroz dugo vremena bili bez hrane, fiziološka potreba gladi bit će glavni motiv u tom času. Mi nećemo tražiti ni sigurnost, ni ljubav, ni poštovanje, ni realizaciju, dok ne nađemo hranu. Tek kad smo zadovoljili naše fiziološke potrebe, pojavit će se drugi motivi, koji će onda biti dominantni, a ostali će otići u pozadinu, i tako redom. »Čovjek je životinja puna zahtjeva — veli Maslow — koja je vrlo rijetko potpuno zadovoljna. Kad se jedna potreba zadovolji, javlja se druga koja stupa na njezino mjesto. Karakteristika ljudskog bića jest da kroz cijeli život praktično uvijek nešto želi.«³ Zar i naš pjesnik ne veli isto kad piše: »Ljudskom srcu uvijek nešto treba; zadovoljno nikad posve nije; čim željenog cilja se dočeka; opet iz njega što mu želja klije« (P. Preradović). Pogledajmo ukratko svih pet spomenutih motiva.

1. Fiziološke potrebe

Fiziološke potrebe: hrana, voda, zrak, spavanje, uopće potrebe da se preživi i održi najači su motivi ljudskog bivstvovanja. Ako čovjeku sve nedostaje u životu, onda će fiziološke potrebe biti motivi koji obuzimlju njegovu fantaziju. Kad je čovjek izgladnio, veli Maslow, njegova će utopija biti zamišljanje nekog mjesta gdje ima u izobilju hrane i gdje mu zato ništa neće nedostajati, gdje će se osjećati sretnim. To je istina za prilike gdje nedostaje hrane, ali kad je čovjekov trbuh pun, šta se događa? Pojavljuju se drugi motivi, druge potrebe koje su slabije od fizioloških, ali koje u tom momentu bivaju glavne. To su sigurnosne potrebe.

2. Sigurnosne potrebe

Kao što cijeli organizam biva angažiran i obuzet fiziološkim potrebama, kad npr. nema hrane, tako sada, kad je glad utažena, biva obuzet potrebama sigurnosti. Osjeća potrebu za stabilnošću, za sigurnošću, za slobodom, da živi bez straha, u redu, u stabilnoj strukturi, zaštićen zakonom... Društvo i roditelji imaju zato vrlo važnu ulogu, rekli bismo odlučujuću, kako bi dali pojedincu osjećaj sigurnosti. Društvo koje se razvija mirno, bez većih trzavica i unutrašnjih grčeva, koje je stabilno i uredno, daje i članovima osjećaj sigurnosti. Da bismo uočili važnost ovih sigurnosnih potreba, Maslow nas upućuje na »nerveze pojedinaca«,

³ A. H. Maslow, *Motivazione e personalità*, Armando, Roma, 1973, 68.

na one koji su »ekonomski ili socijalno frustrirani«, koji su u situaciji socijalnog nereda, kaosa i revolucije, kada je srušen svaki autoritet. Obiteljske svade, razvodi brakova, smrt pojedinih članova u obitelji mogu ugroziti ove sigurnosne potrebe.

3. Potreba pripadnosti i ljubavi

Kad su fiziološke potrebe zadovoljene i kad se osoba osjeća prilično sigurnom, pojavljuje se jedna druga grupa potreba: pripadnosti i ljubavi. Osoba sada osjeća ono što prije nije osjećala: željna je da nekome pripada, da nekoga voli. Maslow se tuži kako je ovaj argument vrlo malo studiran u psihologiji, a tako je opširno zastupljen u književnim djelima. Inspirirajući se upravo na dramama ljudskog bivstvovanja gdje se opisuju posljedice razdvojenog života, neprestanog seljenja, Maslow dolazi do zaključka kako je važno imati osjećaj pripadnosti obitelji, narodu, klubu, itd. Te potrebe nisu onako fundamentalne kao fiziološke ili sigurnosne, ali su kadre obuzeti čovjeka čim prethodne dvije budu zadovoljene.

4. Potrebe ugleda i poštovanja

Kad su potrebe pripadnosti i ljubavi zadovoljene, onda će se pojaviti jedna druga grupa temeljnih potreba koje Maslow naziva potrebom ugleda i poštovanja. Ovi se motivi mogu svrstati u dvije kategorije: s jedne strane želja za uspjehom, za pozicijom, za ugledom, s druge želja za priznanjem sa strane drugih. Drugim riječima, radi se o potrebama samopoštovanja i poštovanja od strane drugih. Kad čovjek ima osjećaj nutarnjeg samopoštovanja, on je povjerljiv i siguran u sebe, osjeća se dostojanstveno. Ako mu nedostaje to samopoštovanje, osjećat će se niže vrijedan, bespomoćan. Zbog toga je i te kako važno da pojedinac upozna sebe, da bi se mogao objektivno suočiti sa slabostima i rasti.

5. Potrebe samoostvarenja (autorealizacije)

Kada smo zadovoljili ove do sada nabrojene potrebe, onda ćemo osjetiti najvišu potrebu, tj. motiv samoostvarenja. Samoostvarenje ili autorealizacija znači prema Maslowu »upotrebu svih naših sposobnosti i ostvarenje svih naših odlika i kapaciteta«. Moramo postati ono što smo kadri postati. Potrebe ostvarenja Maslow naziva višim potrebama za razliku od ostalih do sada nabrojanih, koje se nazivaju nižima.

Proučavajući samoostvarene pojedince, Maslow je došao do zaključka da su upravo više potrebe one koje motiviraju djelovanje ostvarenih osoba. Te motive on naziva meta-motivima. Meta je grčka riječ, a znači nešto što je »iza«. U ovom bi slučaju značilo: to su motivi koji su »u pozadini«, koji se pojavljuju »iza«, a koji zapravo pokreću autorealizirajuću osobu u njezinu djelovanje. Zato Maslow i veli da su autorealizirajuće, samoostvarene osobe »meta-motivirane«. Te »meta-motive« on još naziva i B-vrednotama (gdje B označuje prvo slovo sadašnjeg participija glagola biti — being = bivstvujeće).

Nabrojiti ćemo sada nekoliko B-vrednota (metamotiva), a uz njih ćemo na desnoj strani naznačiti metapatologiju koja nastaje kad su dotični metamotivi frustrirani.

Metamotivi i metapatologija po A. H. Maslowu⁴

<i>B-vrednote</i>	<i>Metapatologija</i>
Istina	Sumnjičavost, cinizam, skeptičnost
Dobrota	Miržnja, odvratnost, gnušenje
Ljepota	Vulgarnost, nemir, gubitak ukusa, sljepilo
Jedinstvo	Dezintegriranost
Cjelovitost	Način mišljenja u formi bijelo-crno
Nadvladanost	Način mišljenja ili-ili
Dihotomija	Simplicistički nazor
Životnost;	Mrtvilo, osjećaj determiniranosti, automatiziranost,
Napredak, rast	gubljenje životne uzbuđenosti i revnosti, osjećaj praznine
Jedincatost	Gubitak osobnog osjećaja individualnosti, osjećaj zamjenljivosti i anonimnosti
Savršenost	Beznadnost, osjećaj besciljnosti
Svrhovitost,	Gubitak nade i prestanak težnje da se nešto u
Ispunjenje	životu uradi
Pravda	Cinizam, srdžba, nepovjerenje, beskorisnost, skrajnja sebičnost
Red	Nesigurnost, zabrinutost
Jednostavnost	Kompliciranost, konfuzija, gubitak orijentacije
Razumijevanje	Depresija, uzrujanost, tjeskoba
Lakoća	Umor, napor, ulkočenost
Šaljivost	Mirkost, odbojnost, depresija, gubitak životnog poleta
Samodostatnost	Odgovornost dana drugima
Svrhovitost,	Očajanje, život bez smisla
smislenost	

Nakon što smo uočili što je to što pokreće i motivira samoostvarene pojedince, pogledajmo sada kako izgledaju samoostvarene osobe, čemu su nalik i koje sve kvalitete i odlike posjeduju.

Karakteristike samoostvarenih osoba

U skupljanju ovih podataka Maslow je upotrebio metodu analize živih i povijesnih osoba koje bi se po jednoj »uopćenoj definiciji« moglo smatrati samoostvarenima. Trudio se da isključi ljude jakih neurotičnih tendencija. Odlike koje je on otkrio jesu slijedeće:



⁴ A. H. Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature*, Viking Press, New York, 1971, 318—319.

1. Uspješnije opažanje stvarnosti i lakši odnos prema njoj

Samoostvarene osobe prema Maslowu gledaju svijet realno, onakav kakav jest, a ne kakav bi one željele. One opažaju stvarnost vrlo objektivno i zbog toga su sposobne vrlo brzo otkriti nepoštenje i prevaru kod drugih. One točno ocjenjuju i situaciju i ljude. Ne pokazuju, kao što je to slučaj s nezrelim osobama, »katastrofalnu potrebu za jasnoćom, sigurnošću, određenošću i redom«. ⁵

2. Prihvatanje sebe, drugih i prirode

Samoostvarene osobe su u stanju prihvatiti ljudsku narav sa svim njezinim slabostima koje ona donosi. One se ne žale na vođu zbog toga »što je molera, niti na stijenje što je tvrdo, niti na drveće što je zeleno«. ⁶ Sve oko sebe gledaju očima bezazlenog djeteta koje zapaža i registrira stvari kakve jesu.

3. Sposobnost, jednostavnost i naravnost

Budući da su hipokrizija i laž kod ostvarenih ljudi odsutne, oni mogu biti opisani kao osobe koje se vladaju jednostavno, spontane i prirodno. ⁷ To ne znači da su oni protiv ceremonijala, bonitona i konvencionalnog ponašanja. Njihovo je konvencionalno ponašanje poput kaputa koji se svaki čas može odložiti. Oni se ponašaju konvencionalno, jer ne žele doći u sukob s ambijentom zbog nekih banalnih stvari. Maslow kritizira omladinu »dugih kosa« i ostale kontestatore koji stavljaju naglasak na stvari od banalne vrijednosti: »duga kosa«, »uske hlače«, misleći da će tako promijeniti svijet. ⁸

4. Usredotočenost na probleme

Osobe koje Maslow čas naziva samoostvarenima, čas zrelima, čas zdravima, imaju, sve bez izuzetka, neku misiju u životu, neko poslanje koje apsorbira sve njihove životne snage. Zato on i naglašava da su realizirani pojedinci »centrirani (orijentirani) na probleme a ne na same sebe«. ⁹ Svi su oni u neku ruku filozofi koji promatraju stvarnost »sub specie aeternitatis«. ¹⁰ S radošću se posvećuju svome poslu. Oni su poznati kao ozbiljni radnici. Njihov rad, zabava, odmor, hobby — sve je to objedinjeno njihovom misijom i zvanjem. Na taj način oni umose neku smirenost u okolinu u kojoj se nalaze.

5. Odlika izdvojenosti: potreba za samoćom, autonomijom; neovisnost o kulturi i ambijentu

Samoostvareni pojedinci kadri su biti sami a da ih to ne uzbuđuje i ne ponižava. Naprotiv, oni vole tišinu i momente samoće. U tom smi-

⁵ A. H. Maslow, *Motivazione e personalità*, Armando, Roma, 1973, 255.

⁶ Nav. dj., 256.

⁷ Nav. dj., 258.

⁸ Nav. dj., 259.

⁹ Nav. dj., 262—263.

¹⁰ Nav. dj., 263.

slu pokazuju nevezanost i neovisnost o fizičkom i socijalnom ambijentu. Istina, kao što i svima, i njima su drugi potrebni za osobni rast i dozrijevanje. Ali zdrave su osobe sposobne da same upravljaju, da budu odgovorne, disciplinirane, da budu, rekli bismo, ikovači svoje sreće. Ni laskanja ni kritike ne pomućuju njihov fundamentalni tok razvoja. Takvi su pojedinci kadri odoljeti u svim teškim momentima, frustraciji i razočaranju,¹¹ gdje bi drugi bili dovedeni i do samoubojstva.

6. *Vrhunska-mistička iskustva i sposobnost uvijek novih i svježih vrednovanja*

Samoostvarene osobe imaju osim toga i izvanrednu sposobnost uvijek svježeg vrednovanja temeljnih životnih vrednota. Tako za njih »svako jutro može biti divno, svaki cvijet predivan... i svako dijete prekrasno stvorenje«.¹² Njih život ne umara. Zahvalni su za ono što su i što imaju, i sposobni su gledati svijet u jednom cvijetu. Osjećaju se malenima pred veličinom svemira, ali se istodobno osjećaju važnima i vrijednima.

7. *Socijalno osjećanje i međuljudski odnosi*

Po mišljenju Maslowa realizirani pojedinci imaju »duboki osjećaj identifikacije, simpatije i ljubavi prema ljudskom rodu«.¹³ Zbog toga su potaknuti iz nutrine željom da pomognu ljudstvu; osjećaju se članovima jedne velike obitelji. Njihovi su međuljudski odnosi duboki, ali broj prijatelja nije velik. Oni nemaju vremena »za brojna prijateljstva«,¹⁴ jer suosjećaju s cijelim ljudskim rodom. Na poseban način vole djecu i trse se da budu fini i strpljivi prema svima.

8. *Demokratska struktura i dobronamjieran smisao za humor*

Samoostvarene osobe osjećaju poštovanje prema svakom ljudskom biću, jednostavno zbog toga što je ono ljudsko stvorenje. One mogu biti srdačni prema svima, neovisno o kulturi, rasi, boji, vjeri i političkoj orijentaciji. Tolerantni su prema svima. I ne samo tolerantni. Svjesni su da mogu nešto naučiti od bilo koga i ne ponašaju se natjecateljski. Oni imaju i jedan poseban smisao za humor »bez sadizma i uvreda«.¹⁵ Nikada se ne smiju na račun drugoga. Njihov humor je filozofski humor koji izaziva više osmijeh nego smijeh.

9. *Razlikovanje između sredstava i ciljeva, između dobra i zla*

Među ostvarenim, zdravim osobama, Maslow nije našao nijednu koja bi bila nesigurna u pogledu onoga što je pravedno a što nepravedno u konkretnom životu.¹⁶ Sve one posjeduju izvrsnu moralnost i mogle bi biti prikazane kao osobe koje hodaju »putovima Božjim«.¹⁷ U njih nema

¹¹ Nav. dj., 266.

¹² Nav. dj., 267.

¹³ Nav. dj., 271.

¹⁴ Nav. dj., 272.

¹⁵ Nav. dj., 277.

¹⁶ Nav. dj. 275.

¹⁷ Nav. dj., 275.

konfuzije u pogledu razlikovanja što je moralno dobro, a što zlo. Isto tako ne brkaju sredstva s ciljevima.¹⁸

10. Kreativnost i otpor inkulturaciji: znati biti iznad svake pojedine kulture

Jedna od temeljnih odlika realiziranih osoba jest kreativnost, originalnost, inventivnost. Ova je kreativnost različita od one koju je imao npr. Mozart. Ona je slična djetinjoj bezazlenoj kreativnosti koja je sposobna zahvatiti stvarnosti s većom lakoćom i realnošću. Represivne sile kulture umanjuju onu urođenu odliku kreativnosti. Ostvarene se osobe uspjevaju oduprijeti ovim silama i biti iznad svake pojedine kulture. Zato se i može za njih reći da su pravi članovi ljudskog roda, a ne samo jedne određene kulture.¹⁹

11. Odanost radu i provođenje misije u životu

Maslow je htio izbjegnuti nesporazume koji bi mogli nastati (i koji su se već bili pojavili) zbog riječi »samo-ostvarenje«. Zbog toga je smatrao potrebnim da naglasi u jednom kasnijem radu²⁰ kako samoostvarenje nije neko »sebično ostvarenje«, »orijentiranje na samoga sebe«, nego »provođenje jedne misije koja se nalazi izvan nas«.²¹ Ta odanost životnom zadatku tako je duboko ukorijenjena da se može reći kako se tu radi o zvanju, o misiji koju treba ispuniti. Ovdje Maslow upotrebljava i religiozne riječi: »predanja, žrtvovanja sebe samoga za neko dobro izvan nas«.²² Takve osobe su zadovoljne i sretna te u isto vrijeme potiču i druge da se realiziraju. One se bore za pravdu i žigošu laž, grijeh i zlo. Vesele se kad mogu nešto dobro učiniti, a izbjegavaju publicitet i popularnost. Mrze korupciju, okrutnost, podlost i nepoštenje. Žale kad vide da ljudski darovi i talenti bivaju neiskorišteni i trse se da na najbolji način izvrše povjereni im zadatak. Vesele se kad mogu i drugima pomoći da se ostvare.²³

Američki psiholog Jourard komentira ovo nabrojanje odlika realiziranih osoba kao najiscpniju kolekciju atributa koja se pojavila u psihološkoj literaturi i dodaje: »Citajući ove karakteristike samoostvarenih pojedina, u čovjeku se pojavi želja da sretno jednog samoostvarenog čovjeka ili da sam postane jedan od njih.«²⁴

¹⁸ Nav. dj., 276.

¹⁹ Nav. dj., 280.

²⁰ A. H. Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature*, Viking Press, New York, 1971, 299–340.

²¹ Nav. dj., 301.

²² Nav. dj., 301.

²³ Nav. dj., 308–309.

²⁴ S. M. Jourard, *Healthy Personality: an Approach from the Viewpoints of Humanistic Psychology*, McMillan, New York, 1974, 26.

SELF-ACTUALIZING PEOPLE IN THE PSYCHOLOGY OF A. H. MASLOW

Summary

In this article is presented Maslow's approach to personality. His overriding goal was to learn how much potential we have for full human development and expression. He believed that to investigate psychological health, the only kind of person to study was the extremely healthy one, self-actualizing. What moves the self-actualizing person?

In Maslow's view, all human beings possess an innate striving or tendency to become self-actualizing. The prerequisite for achieving self-actualization is satisfying the four needs which stand lower in the hierarchy: 1. the physiological needs; 2. the safety needs; 3. the belonging and love needs; 4. the esteem needs. If we have satisfied all these needs, we are then driven by the highest need: the need for self-actualization.

Beyond the general points of self-actualization as the supreme development and use of all our abilities, the fulfillment of all our qualities and capacities, we have discussed a number of specific characteristics which describe self-actualizers according to Maslow's theory: 1. An efficient perception of reality. 2. A general acceptance of nature, others and oneself. 3. Spontaneity, simplicity and naturalness. 4. A focus on problems outside themselves. 5. A need for privacy and independence; autonomous functioning. 6. Mystical, or »peak« experiences and continued freshness of appreciation. 7. Social interest and interpersonal relations. 8. A democratic character structure and an unhostile sense of humor. 9. Discrimination between means and ends, between good and evil. 10. Creativeness and resistance to enculturation. 11. Dedicatation to some task »outside themselves«.