

[TOP page](#)[資料室](#)[イベント情報](#)[講師を探す](#)[Worker's 広場](#)[関連リンク](#)

## 資料室


[HOME](#) | [資料室](#) | [一般教養](#) | [生涯学習](#) | [マズロー深耕⑤](#)
[労働組合](#)[労働者福祉・共済](#)[一般教養](#)[社会保障](#)[労使トラブル法律相談Q&A](#)[労働関係法](#)[経営全般](#)[人間関係とコミュニケーション](#)[ライフプラン](#)[男女共同参画](#)[公務員関係法](#)[日朝の歴史](#)[7つの習慣](#)[中東の歴史](#)[ボランティア活動](#)[環境活動](#)[社会貢献活動](#)[自己啓発](#)[生涯学習](#)[外交・防衛問題](#)[資本論](#)[教育カリキュラム](#)[日本国憲法](#)

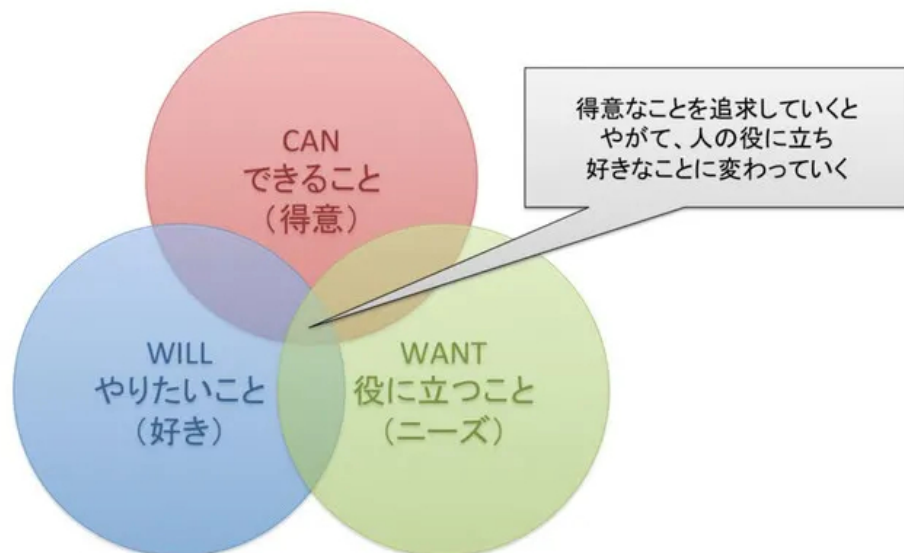
### マズロー深耕⑤

マズローは、自己実現について次のようにも定義している。

「自己実現をおおまかに、才能や能力、潜在能力などを十分に用い、また開拓していることと説明しておこう。自己実現的人間とは、自分自身を実現させ、自分の最善を尽くしているように見え、ニーチェの『汝自身たれ』という訓戒を思い起こさせる。

彼らは自分たちに可能な最も完全な成長を遂げてしまっている人々、もしくは遂げつつある人々である」

簡単にいえば、すなわち自己実現とは、「自分の才能・可能性を追求し、最高の自分になることだ」。



自己実現をしないということは、自分の秘めた才能をそのままにするということ、自身の成長を止めるということになる。

あきらめてしまう人もいるが、自己実現を目指さないと次第に欲求不満に陥り、「何のために生きるのか?」と人生の虚無感に襲われることになる。

自己実現が人生の目的につながるからだともいえる。

また、人間は自己実現の欲求が満たせないと、下位の欲求を満たして幸せを感じようとする。

これを心理学用語で“退行”と呼ぶ。

- ・自己実現ができない人は、他人から認められればよいと考える（承認欲求への退行）。
- ・他人から認められない人は、仲のよい友人や愛する人が一人でもいればよいと考える（所属と愛の欲求への退行）
- ・親友、恋人、家族がいない人は、安定した生活（仕事）があればよいと考える（安全の欲求への退行）
- ・安定した生活ができない人は、生きていくだけでよいと考える（生理的欲求への退行）

自己実現よりも下位の欲求は欠乏欲求と呼ばれ、次のような特徴がある。

- ・欲求を満たすと飽きて当初の欲求を忘れてしまう。
- ・欲求を満たせるのは、他人や物質のみで環境に依存してしまう。

自己実現を追求して、それが人のために役立ち、そしてそれが好きなことになって行くと、自己超越という第6段階に到達するのだろう。

それは自分自身の最高の幸福につながる。

資料に関する解説やサイト内ブックマーク、簡単なクイズもできる無料会員登録のお申し込みはこちらになります。

[Worker's Library 会員登録](#)

傾聴

語り部スキル

お申し込みはこちらです。

>>一覧へ戻る

🔍 キーワード検索はこちら

🔍 サイトマップ 🔍 このサイトについて 🔍 個人情報保護の取組みについて

🔍 ページTOPへ

TOP page

資料室

イベント情報

講師を探す

Worker's広場

関連リンク

Worker's Library 静岡で働く人のための資料閲覧サイト  
JAPANESE TRADE UNION COFEDERATION DB SITE **【ワーカーズ・ライブラリー】**

Copyright© WORKER'S LIBRARY All rights reserved.