

## А. Маслоу Теория человеческой мотивации

<http://flogiston.ru/library/maslow>

**Ключевые слова (теги):** мотивация, потребности

Маслоу А. Мотивация и личность.  
СПб.: Евразия, 1999. С.77–105 (с сокращ.)

### ВВЕДЕНИЕ

В этой главе я попытаюсь сформулировать позитивную теорию мотивации, которая удовлетворяла бы теоретическим требованиям и вместе с тем соответствовала бы уже имеющимся эмпирическим данным, как клиническим, так и экспериментальным. Моя теория во многом опирается на клинический опыт, но в то же самое время, как мне представляется, достойно продолжает функционалистскую традицию Джеймса и Дьюи; кроме того, она вобрала в себя лучшие черты холизма Вертхаймера, Гольдштейна и гештальтпсихологии, а также динамический подход Фрейда, Фромма, Хорни, Райха, Юнга и Адлера. Я склонен назвать эту теорию холистическо-динамической по названиям интегрированных в ней подходов.

### БАЗОВЫЕ ПОТРЕБНОСТИ

**Физиологические потребности.** За отправную точку при создании мотивационной теории обычно принимаются специфические потребности, которые принято называть физиологическими позывами (*drives*). В настоящее время мы стоим перед необходимостью пересмотреть устоявшееся представление об этих потребностях, и эта необходимость продиктована результатами последних исследований, проводившихся по двум направлениям. Мы говорим здесь, во-первых, об исследованиях в рамках концепции гомеостаза, и, во-вторых, об исследованиях, посвященных проблеме аппетита (предпочтения одной пищи другой), продемонстрировавших нам, что аппетит можно рассматривать в качестве индикатора актуальной потребности, как свидетельство того или иного дефицита в организме.

Концепция гомеостаза предполагает, что организм автоматически совершает определенные усилия, направленные на поддержание постоянства внутренней среды, нормального состава крови. Кэннон [4] описал этот процесс с точки зрения: 1) водного содержания крови, 2) солевого баланса, 3) содержания сахара, 4) белкового баланса, 5) содержания жиров, 6) содержания кальция, 7) содержания кислорода, 8)



## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

водородного показателя (кислотно-щелочной баланс) и 9) постоянства температуры крови. Очевидно, что этот перечень можно расширить, включив в него другие минералы, гормоны, витамины и т.д. Проблеме аппетита посвящено исследование Янга [16, 17], он попытался связать аппетит с соматическими потребностями. По его мнению, если организм ощущает нехватку каких-то химических веществ, то индивидуум будет чувствовать своеобразный, парциальный голод по недостающему элементу, или, иначе говоря, специфический аппетит. Вновь и вновь мы убеждаемся в невозможности и бессмысленности создания перечней фундаментальных физиологических потребностей; совершенно очевидно, что круг и количество потребностей, оказавшихся в том или ином перечне, зависит лишь от тенденциозности и скрупулезности его составителя. Пока у нас нет оснований зачислить все физиологические потребности в разряд гомеостатических. Мы не располагаем достоверными данными, убедительно доказавшими бы нам, что сексуальное желание, зимняя спячка, потребность в движении и материнское поведение, наблюдаемые у животных, хоть как-то связаны с гомеостазом. Мало того, при создании подобного перечня мы оставляем за рамками каталогизации широкий спектр потребностей, связанных с чувственными удовольствиями (со вкусовыми ощущениями, запахами, прикосновениями, поглаживаниями), которые также, вероятно, являются физиологическими по своей природе и каждое из которых может быть целью мотивированного поведения. Пока не найдено объяснения парадоксальному факту, заключающемуся в том, что организму присущи одновременно и тенденция к инерции, лени, минимальной затрате усилий, и потребность в активности, стимуляции, возбуждении. Физиологическую потребность, или позыв, нельзя рассматривать в качестве образца потребности или мотива, она не отражает законы, которым подчиняются потребности, а служит скорее исключением из правила. Позыв специфичен и имеет вполне определенную соматическую локализацию. Позывы почти не взаимодействуют друг с другом, с прочими мотивами и с организмом в целом. Хотя последнее утверждение нельзя распространить на все физиологические позывы (исключениями в данном случае являются усталость, тяга ко сну, материнские реакции), но оно неоспоримо в отношении классических разновидностей позывов, таких, как голод, жажда, сексуальный позыв. Считаю нужным вновь подчеркнуть, что любая физиологическая потребность и любой акт консумматорного поведения, связанный с ней, могут быть использованы для удовлетворения любой другой потребности. Так, человек может ощущать голод, но, на самом деле, это может быть не столько потребность в белке или в витаминах, сколько стремление к комфорту, к безопасности. И наоборот, не секрет, что стаканом воды и парой сигарет можно на некоторое время заглушить чувство голода.



## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

Вряд ли кто-нибудь возьмется оспорить тот факт, что физиологические потребности — самые насущные, самые мощные из всех потребностей, что они препотентны по отношению ко всем прочим потребностям. На практике это означает, что человек, живущий в крайней нужде, человек, обделенный всеми радостями жизни, будет движим, прежде всего, потребностями физиологического уровня. Если человеку нечего есть и если ему при этом не хватает любви и уважения, то все-таки в первую очередь он будет стремиться утолить свой физический голод, а не эмоциональный.

Если все потребности индивидуума не удовлетворены, если в организме доминируют физиологические позывы, то все остальные потребности могут даже не ощущаться человеком; в этом случае для характеристики такого человека достаточно будет сказать, что он голоден, ибо его сознание практически полностью захвачено голодом. В такой ситуации организм все свои силы и возможности направляет на утоление голода; структура и взаимодействие возможностей организма определяются одной-единственной целью. Его рецепторы и эффекторы, его ум, память, привычки — все превращается в инструмент утоления голода. Те способности организма, которые не приближают его к желанной цели, до поры дремлют или отмирают. Желание писать стихи, приобрести автомобиль, интерес к родной истории, страсть к желтым ботинкам — все эти интересы и желания либо блекнут, либо пропадают вовсе. Человека, чувствующего смертельный голод, не заинтересует ничего, кроме еды. Он мечтает только о еде, он вспоминает только еду, он думает только о еде, он способен воспринять только вид еды и способен слушать только разговоры о еде, он реагирует только на еду, он жаждет только еды. Привычки и предпочтения, избирательность и привередливость, обычно сопровождающие физиологические позывы, придающие индивидуальную окраску пищевому и сексуальному поведению человека, настолько задавлены, заглушены, что в данном случае (но только в данном, конкретном случае) можно говорить о голом пищевом позыве и о чисто пищевом поведении, преследующем одну-единственную цель — цель избавления от чувства голода.

В качестве еще одной специфической характеристики организма, подчиненного единственной потребности, можно назвать специфическое изменение личной философии будущего. Человеку, измученному голодом, раем покажется такое место, где можно до отвала наесться. Ему кажется, что если бы он мог не думать о хлебе насущном, то он был бы совершенно счастлив и не пожелал бы ничего другого. Саму жизнь он мыслит в терминах еды, все остальное, не имеющее отношения к предмету его вождлений, воспринимается им как несущественное, второстепенное. Он считает бессмыслицей такие вещи, как любовь, свобода, братство, уважение, его философия предельно проста и выражается притказкой: «Любовью сыт не будешь». О голодном нельзя



## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

сказать: «Не хлебом единым жив человек», потому что голодный человек живет именно хлебом и только хлебом.

Приведенный мною пример, конечно же, относится к разряду экстремальных, и, хотя он не лишен реальности, все-таки это скорее исключение, нежели правило. В мирной жизни, в нормально функционирующем обществе экстремальные условия уже по самому определению — редкость. Несмотря на всю банальность этого положения, считаю нужным остановиться на нем особо, хотя бы потому, что есть две причины, подталкивающие нас к его забвению. Первая причина связана с крысами. Физиологическая мотивация у крыс представлена очень ярко, а поскольку большая часть экспериментов по изучению мотивации проводится именно на этих животных, то исследователь иногда оказывается не в состоянии противостоять соблазну научного обобщения. Таким образом выводы, сделанные специалистами по крысам, переносятся на человека. Вторая причина связана с недопониманием того факта, что культура сама по себе является инструментом адаптации, и что одна из главных ее функций заключается в том, чтобы создать такие условия, при которых индивидум все реже и реже испытывал бы экстремальные физиологические позывы. В большинстве известных нам культур хронический, чрезвычайный голод является скорее редкостью, нежели закономерностью. Во всяком случае, сказанное справедливо для Соединенных Штатов Америки. Если мы слышим от среднего американца «я голоден», то мы понимаем, что он скорее испытывает аппетит, нежели голод. Настоящий голод он может испытать только в каких-то крайних, чрезвычайных обстоятельствах, не больше двух-трех раз за всю свою жизнь.

Если при изучении человеческой мотивации мы ограничим себя экстремальными проявлениями актуализации физиологических позывов, то мы рискуем оставить без внимания высшие человеческие мотивы, что неизбежно породит однобокое представление о возможностях человека и его природе. Слеп тот исследователь, который, рассуждая о человеческих целях и желаниях, основывает свои доводы только на наблюдениях за поведением человека в условиях экстремальной физиологической депривации и рассматривает это поведение как типичное. Перефразируя уже упомянутую поговорку, можно сказать, что человек и действительно живет одним лишь хлебом, но только тогда, когда у него нет этого хлеба. Но что происходит с его желаниями, когда у него *вдоволь* хлеба, когда он сыт, когда его желудок не требует пищи? А происходит вот что — у человека тут же обнаруживаются другие (более высокие) потребности, и уже эти потребности овладевают его сознанием, занимая место физического голода. Стоит ему удовлетворить эти потребности, их место тут же занимают новые (еще более высокие) потребности, и так далее до бесконечности. Именно это я и имею в виду,



## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

когда заявляю, что человеческие потребности организованы иерархически.

Такая постановка вопроса имеет далеко идущие последствия. Приняв наш взгляд на вещи, теория мотивации получает право пользоваться, наряду с концепцией депривации, не менее убедительной концепцией удовлетворения. В соответствии с этой концепцией удовлетворение потребности освобождает организм от гнета потребностей физиологического уровня и открывает дорогу потребностям социального уровня. Если физиологические потребности постоянно и регулярно удовлетворяются, если достижение связанных с ними парциальных целей не представляет проблемы для организма, то эти потребности перестают активно воздействовать на поведение человека. Они переходят в разряд потенциальных, оставляя за собой право на возвращение, но только в том случае, если возникнет угроза их удовлетворению. Удовлетворенная страсть перестает быть страстью. Энергией обладает лишь неудовлетворенное желание, неудовлетворенная потребность. Например, удовлетворенная потребность в еде, утоленный голод уже не играет никакой роли в текущей динамике поведения индивидуума. Этот тезис в некоторой степени опирается на гипотезу, суть которой состоит в том, что степень индивидуальной устойчивости к депривации той или иной потребности зависит от полноты и регулярности удовлетворения этой потребности в прошлом.

**Потребность в безопасности.** После удовлетворения физиологических потребностей их место в мотивационной жизни индивидуума занимают потребности другого уровня, которые в самом общем виде можно объединить в категорию безопасности (потребность в безопасности; в стабильности; в зависимости; в защите; в свободе от страха, тревоги и хаоса; потребность в структуре, порядке, законе, ограничениях; другие потребности). Почти все, что говорилось выше о физиологических позывах, можно отнести и к этим потребностям, или желаниям. Подобно физиологическим потребностям, эти желания также могут доминировать в организме. Они могут узурпировать право на организацию поведения, подчинив своей воле все возможности организма и, нацелив их на достижение безопасности, и в этом случае мы можем с полным правом рассматривать организм как инструмент обеспечения безопасности. Так же, как в случае с физиологическим позывом, мы можем сказать, что рецепторы, эффекторы, ум, память и все прочие способности индивидуума в данной ситуации превращаются в орудие обеспечения безопасности. Так же, как в случае с голодным человеком, главная цель не только детерминирует восприятие индивидуума, но и предопределяет его философию будущего, философию ценностей. Для такого человека нет более насущной потребности, чем потребность в безопасности (иногда даже физиологические потребности, если они удовлетворены, расцениваются им как второстепенные, несущественные). Если это





## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

состояние набирает экстремальную силу или приобретает хронический характер, то мы говорим, что человек думает только о безопасности. Несмотря на то, что мы предполагаем обсуждать мотивацию взрослого человека, мне представляется, что для лучшего понимания потребности в безопасности имеет смысл понаблюдать за детьми, у которых потребности этого круга проявляются проще и нагляднее. Младенец реагирует на угрозу гораздо более непосредственно, чем взрослый человек, воспитание и культурные влияния еще не научили его подавлять и сдерживать свои реакции. Взрослый человек, даже ощущая угрозу, может скрыть свои чувства, смягчить их проявления настолько, что они останутся незамеченными для стороннего наблюдателя. Реакция же младенца целостна, он всем существом реагирует на внезапную угрозу — на шум, яркий свет, грубое прикосновение, потерю матери и прочую резкую сенсорную стимуляцию.

Потребность в безопасности у детей проявляется и в их тяге к постоянству, к упорядочению повседневной жизни. Ребенку явно больше по вкусу, когда окружающий его мир предсказуем, размерен, организован. Всякая несправедливость или проявление непоследовательности, непостоянства со стороны родителей вызывают у ребенка тревогу и беспокойство. Вопреки расхожему мнению о том, что ребенок стремится к безграничной свободе, вседозволенности, детские психологи, педагоги и психотерапевты постоянно обнаруживают, что некие пределы, некие ограничения внутренне необходимы ребенку, что он нуждается в них. Или, если сформулировать этот вывод более корректно, — ребенок предпочитает жить в упорядоченном и структурированном мире, его угнетает непредсказуемость.

Реакция испуга у детей, окруженных надлежащей заботой, возникает только в результате столкновения с такими объектами и ситуациями, которые представляются опасными и взрослому человеку.

Потребность в безопасности здорового и удачливого представителя нашей культуры, как правило, удовлетворена. В нормальном обществе, у здоровых людей потребность в безопасности проявляется только в мягких формах, например, в виде желания устроиться на работу в компанию, которая предоставляет своим работникам социальные гарантии, в попытках откладывать деньги на «черный день», в самом существовании различных видов страхования (медицинское, страхование от потери работы или утраты трудоспособности, пенсионное страхование).

Потребность в безопасности и стабильности обнаруживает себя и в консервативном поведении, в самом общем виде. Большинство людей склонно отдавать предпочтение знакомым и привычным вещам [11]. Мне представляется, что тягой к безопасности в какой-то мере объясняется также исключительно человеческая потребность в религии, в мировоззрении, стремление человека объяснить принципы мироздания и



## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

определить свое место в универсуме. Можно предположить, что наука и философия как таковые в какой-то степени мотивированы потребностью в безопасности (позже мы поговорим и о других мотивах, лежащих в основе научных, философских и религиозных исканий).

Потребность в безопасности редко выступает как активная сила, она доминирует только в ситуациях критических, экстремальных, побуждая организм мобилизовать все силы для борьбы с угрозой. Критическими или экстремальными ситуациями мы называем войны, болезни, стихийные бедствия, вспышки преступности, социальные кризисы, неврозы, поражения мозга, а также ситуации, отличающиеся хронически неблагоприятными, угрожающими условиями.

Некоторые взрослые невротики в своем стремлении к безопасности уподобляются маленьким детям, хотя внешние проявления этой потребности у них несколько отличаются от детских. Все неизвестное, все неожиданное вызывает у них реакцию испуга, и этот страх обусловлен не физической, а психологической угрозой. Невротик воспринимает мир как опасный, угрожающий, враждебный. Невротик живет в неотступном предощущении катастрофы, в любой неожиданности он видит опасность. Неизбывное стремление к безопасности заставляет его искать себе защитника, сильную личность, на которую он мог бы положиться, которой он мог бы полностью довериться или даже подчиниться, как мессии, вождю, фюреру.

Логично было бы предположить, что неожиданно возникшая угроза хаоса у большинства людей вызывает регресс мотивации с высших ее уровней к уровню безопасности. Естественной и предсказуемой реакцией общества на такие ситуации бывают призывы навести порядок, причем любой ценой, даже ценой диктатуры и насилия.

**Потребность в принадлежности и любви.** После того, как потребности физиологического уровня и потребности уровня безопасности достаточно удовлетворены, актуализируется потребность в любви, привязанности, принадлежности, и мотивационная спираль начинает новый виток. Человек как никогда остро начинает ощущать нехватку друзей, отсутствие любимого, жены или детей. Он жаждет теплых, дружеских отношений, ему нужна социальная группа, которая обеспечила бы его такими отношениями, семья, которая приняла бы его как своего. Именно эта цель становится самой значимой и самой важной для человека. Он может уже не помнить о том, что когда-то, когда он терпел нужду и был постоянно голоден, само понятие «любовь» не вызывало у него ничего, кроме презрительной усмешки. Теперь же он терзаем чувством одиночества, болезненно переживает свою отверженность, ищет свои корни, родственную душу, друга. Приходится признать, что у нас очень мало научных данных об этой потребности, хотя именно она выступает в качестве центральной темы романов, автобиографических очерков, поэзии, драматургии, а также



## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

новой социологической литературы. Эти источники дают нам самое общее представление о деструктивном влиянии на детскую психику таких факторов, как частые переезды семьи с одного места жительства на другое; индустриализация и вызванная ею общая гипермобильность населения; отсутствие корней или утрата корней; утрата чувства дома, разлука с семьей, друзьями, соседями; постоянное ощущение себя в роли приезжего, пришельца, чужака. Мы еще не привыкли к мысли, что человеку крайне важно знать, что он живет на родине, у себя дома, рядом с близкими и понятными ему людьми, что его окружают «свои», что он принадлежит определенному клану, группе, коллективу, классу. Мне думается, что стремительное развитие так называемых групп встреч и прочих групп личностного роста, а также клубов по интересам, в какой-то мере продиктовано неутоленной жаждой общения, потребностью в близости, в принадлежности, стремлением преодолеть чувство одиночества. У меня складывается впечатление, что цементирующим составом какой-то части подростковых банд — я не знаю, сколько их и какой процент они составляют от общего числа — стали неутоленная жажда общения, стремление к единению перед лицом врага, причем врага неважно какого. Само существование образа врага, сама угроза, которую содержит в себе этот образ, способствуют сплочению группы.

Невозможность удовлетворить потребность в любви и принадлежности, как правило, приводит к дезадаптации, а порой и к более серьезной патологии. В нашем обществе сложилось амбивалентное отношение к любви и нежности, и особенно к сексуальным способам выражения этих чувств; почти всегда проявление любви и нежности наталкивается на то или иное табу или ограничение. Практически все теоретики психопатологии сходятся во мнении, что в основе нарушений адаптации лежит неудовлетворенная потребность в любви и привязанности. Этой теме посвящены многочисленные клинические исследования, в результате которых мы знаем об этой потребности больше, чем о любой другой, за исключением разве что потребностей физиологического уровня. Вынужден оговориться, что в нашем понимании «любовь» не является синонимом «секса». Сексуальное влечение как таковое мы анализируем при рассмотрении физиологических позывов. Однако, когда речь идет о сексуальном поведении, мы обязаны подчеркнуть, что его определяет не одно лишь сексуальное влечение, но и ряд других потребностей, и первой в их ряду стоит потребность в любви и привязанности. Кроме того, не следует забывать, что потребность в любви имеет две стороны: человек хочет и любить, и быть любимым.

**Потребность в признании.** Каждый человек (за редкими исключениями, связанными с патологией) постоянно нуждается в признании, в устойчивой и, как правило, высокой оценке собственных достоинств, каждому из нас необходимы и уважение окружающих нас





## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

людей, и возможность уважать самого себя. Потребности этого уровня подразделяются на два класса. В первый входят желания и стремления, связанные с понятием «достижение». Человеку необходимо ощущение собственного могущества, адекватности, компетентности, ему нужно чувство уверенности, независимости и свободы. [14] Во второй класс потребностей мы включаем потребность в репутации или в престиже (мы определяем эти понятия как уважение окружающих), потребность в завоевании статуса, внимания, признания, славы. Вопрос об этих потребностях лишь косвенно поднимается в работах Альфреда Адлера и его последователей и почти не затрагивается в работах Фрейда. Однако сегодня психоаналитики и клинические психологи склонны придавать большее значение потребностям этого класса.

Удовлетворение потребности в оценке, уважении порождает у индивидуума чувство уверенности в себе, чувство собственной значимости, силы, адекватности, чувство, что он полезен и необходим в этом мире. Неудовлетворенная потребность, напротив, вызывает у него чувство униженности, слабости, беспомощности, которые, в свою очередь, служат почвой для уныния, запускают компенсаторные и невротические механизмы.

**Потребность в самоактуализации.** Даже в том случае, если все вышеперечисленные потребности человека удовлетворены, мы вправе ожидать, что он вскоре вновь почувствует неудовлетворенность, неудовлетворенность оттого, что он занимается совсем не тем, к чему предрасположен. Ясно, что музыкант должен заниматься музыкой, художник — писать картины, а поэт — сочинять стихи, если, конечно, они хотят жить в мире с собой. Человек обязан быть тем, кем он может быть. Человек чувствует, что он должен соответствовать собственной природе. Эту потребность можно назвать потребностью в самоактуализации.

Термин «самоактуализация», изобретенный Куртом Гольдштейном [6], употребляется в несколько более узком, более специфичном значении. Говоря о самоактуализации, я имею в виду стремление человека к самовоплощению, к актуализации заложенных в нем потенциалов. Это стремление можно назвать стремлением к идиосинкразии, к идентичности.

Очевидно, что у разных людей эта потребность выражается по-разному. Один человек желает стать идеальным родителем, другой стремится достичь спортивных высот, третий пытается творить или изобретать. [16] Похоже, что на этом уровне мотивации очертить пределы индивидуальных различий почти невозможно.

Как правило, человек начинает ощущать потребность в самоактуализации только после того, как удовлетворит потребности нижележащих уровней.



## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

**Предпосылки для удовлетворения базовых потребностей.** Можно назвать ряд социальных условий, необходимых для удовлетворения базовых потребностей; ненадлежащее исполнение этих условий может самым непосредственным образом воспрепятствовать удовлетворению базовых потребностей. В ряду этих условий можно назвать: свободу слова, свободу выбора деятельности (то есть человек волен делать все, что захочет, лишь бы его действия не наносили вреда другим людям), свободу самовыражения, право на исследовательскую активность и получение информации, право на самозащиту, а также социальный уклад, характеризующийся справедливостью, честностью и порядком. Несоблюдение перечисленных условий, нарушение прав и свобод воспринимается человеком как личная угроза. Эти условия нельзя отнести к разряду конечных целей, но люди часто ставят их в один ряд с базовыми потребностями, которые имеют исключительное право на это гордое звание. Люди ожесточенно борются за эти права и свободы именно потому, что, лишившись их, они рискуют лишиться и возможности удовлетворения своих базовых потребностей.

Если вспомнить, что когнитивные способности (перцептивные, интеллектуальные, способность к обучению) не только помогают человеку в адаптации, но и служат удовлетворению его базовых потребностей, то становится ясно, что невозможность реализации этих способностей, любая их депривация или запрет на них автоматически угрожает удовлетворению базовых потребностей. Только согласившись с такой постановкой вопроса, мы сможем приблизиться к пониманию истоков человеческого любопытства, неиссякаемого стремления к познанию, к мудрости, к открытию истины, неизбывного рвения в разрешении загадок вечности и бытия. Сокрывание истины, цензура, отсутствие правдивой информации, запрет на коммуникацию угрожают удовлетворению всех базовых потребностей.

**Потребность в познании и понимании.** Мы мало знаем о когнитивных импульсах, и в основном оттого, что они мало заметны в клинической картине психопатологии, им просто нет места в клинике, во всяком случае, в клинике, исповедующей медицинско-терапевтический подход, где все силы персонала брошены на борьбу с болезнью. В когнитивных позовах нет той причудливости и страстности, той интриги, что отличает невротическую симптоматику. Когнитивная психопатология невыразительна, едва уловима, ей часто удается ускользнуть от разоблачения и представиться нормой. Она не вызывает к помощи. До сих пор мы лишь походя упоминали когнитивные потребности. Стремление к познанию универсума и его систематизации рассматривалось нами либо как средство достижения базового чувства безопасности, либо как разновидность потребности в самоактуализации, свойственная умным, образованным людям. Обсуждая необходимые для удовлетворения базовых потребностей предпосылки, в ряду прочих прав



## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

и свобод мы говорили и о праве человека на информацию, и о свободе самовыражения. Но все, что мы говорили до сих пор, еще не позволяет нам судить о том, какое место занимают в общей структуре мотивации любопытство, потребность в познании, тяга к философии и эксперименту и т.д., — все наши суждения о когнитивных потребностях, прозвучавшие раньше, в лучшем случае можно счесть намеком на существование проблемы.

У нас имеется достаточно оснований для того, чтобы заявить: в основе человеческой тяги к знанию лежат не только негативные детерминанты (тревога и страх), но и позитивные импульсы, импульсы *per se*, потребность в познании, любопытство, потребность в истолковании и понимании [11].

1. Феномен, подобный человеческому любопытству, можно наблюдать и у высших животных. Обезьяна, обнаружив неизвестный ей предмет, старается разобрать его на части, засовывает палец во все дырки и щели — одним словом, демонстрирует образец исследовательского поведения, не связанного ни с физиологическими позывами, ни со страхом, ни с поиском комфорта. Эксперименты Харлоу [8] также можно счесть аргументом в пользу нашего тезиса, достаточно убедительным и вполне корректным с эмпирической точки зрения.

2. История человечества знает немало примеров самоотверженного стремления к истине, наталкивающегося на непонимание окружающих, нападки и даже на реальную угрозу жизни. Бог знает, сколько людей повторили судьбу Галилея.

3. Всех психологически здоровых людей объединяет одна общая особенность: всех их влечет навстречу хаосу, к таинственному, непознанному, необъясненному. Именно эти характеристики составляют для них суть привлекательности; любая область, любое явление, обладающее ими, представляет для этих людей интерес. И наоборот — все известное, разложенное по полочкам, истолкованное вызывает у них скуку.

4. Немало ценной информации могут дать нам экстраполяции из области психопатологии. Компulsive-обсессивные невротики (как и невротики вообще), солдаты с травматическими повреждениями мозга, описанные Гольдштейном, эксперименты Майера [10] с крысами — во всех случаях мы имеем дело с навязчивой, тревожной тягой ко всему знакомому и ужас перед незнакомым, неизвестным, неожиданным, непривычным, неструктурированным.

5. Складывается впечатление, что фрустрация когнитивных потребностей может стать причиной серьезной психопатологии [11, 13]. Об этом также свидетельствует ряд клинических наблюдений.

6. В моей практике было несколько случаев, когда я вынужден был признать, что патологическая симптоматика (апатия, утрата смысла жизни, неудовлетворенность собой, общая соматическая депрессия,



## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

интеллектуальная деградация, деградация вкусов и т.п.) у людей с достаточно развитым интеллектом была вызвана исключительно одной лишь необходимостью прозябать на скучной, тупой работе. Несколько раз я пробовал воспользоваться подходящими случаю методами когнитивной терапии (я советовал пациенту поступить на заочное отделение университета или сменить работу), и, представьте себе, это помогало.

Мне приходилось сталкиваться со *множеством* умных и обеспеченных женщин, которые не были заняты никаким делом, в результате чего их интеллект постепенно разрушался. Обычно я советовал им заняться хоть чем-нибудь, и если они следовали моему совету, то я наблюдал улучшение их состояния или даже полное выздоровление, и это еще раз убеждает меня в том, что когнитивные потребности существуют.

7. Потребность знать и понимать проявляется уже в позднем младенчестве. У ребенка она выражена, пожалуй, даже более отчетливо, чем у взрослого человека. Детей не нужно учить любопытству. Детей можно отучить от любопытства, и мне кажется, что именно эта трагедия разворачивается в наших детских садах и школах [5].

8. И, наконец, удовлетворение когнитивных потребностей приносит человеку — да простят мне эту тавтологию! — чувство глубочайшего удовлетворения, оно становится источником высших, предельных переживаний. Очень часто, рассуждая о познании, мы не отличаем этот процесс от процесса обучения, и в результате оцениваем его только с точки зрения результата, совершенно забывая о чувствах, связанных с постижением, озарением, инсайтом. А между тем, доподлинное счастье человека связано именно с этими мгновениями причастности к высшей истине. Осмелюсь заявить, что именно эти яркие, эмоционально насыщенные мгновения только и имеют право называться лучшими мгновениями человеческой жизни.

**Эстетические потребности.** Об этих потребностях мы знаем меньше, чем о каких-либо других, но обойти вниманием эту неудобную (для ученого-естествоиспытателя) тему нам не позволяют убедительные аргументы в пользу ее значимости, которые со всей щедростью предоставляют нам история человечества, этнографические данные и наблюдения за людьми, которых принято называть эстетами. Я предпринял несколько попыток к тому, чтобы исследовать эти потребности в клинике, на отдельных индивидуумах, и могу сказать, что некоторые люди действительно испытывают эти потребности, у некоторых людей они на самом деле проявляются. Такие люди, лишенные эстетических радостей в окружении уродливых вещей и людей, в буквальном смысле этого слова заболевают, и заболевание это очень специфично. Лучшим лекарством от него служит красота. Такие люди выглядят изнеможденными, и немощь их может излечить только красота [13]. Эстетические потребности обнаруживаются практически у



## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

любого здорового ребенка. Те или иные свидетельства их существования можно обнаружить в любой культуре, на любой стадии развития человечества, начиная с первобытного человека.

### **ДРУГИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ БАЗОВЫХ ПОТРЕБНОСТЕЙ**

**Мера жесткости иерархической структуры.** Когда мы говорим об иерархии препотентности, может сложиться впечатление, что речь идет о некой жестко фиксированной структуре потребностей. Но в действительности иерархия потребностей вовсе не так стабильна, как это может показаться на первый взгляд. Базовые потребности большинства исследованных нами людей, в общем виде, подчинялись описанному порядку, но были и исключения из этого правила.

1. У некоторых людей, например, потребность в самоутверждении проявляет себя как более насущная, чем потребность в любви. Это самый распространенный случай реверсии, и в основе его лежит представление о том, что сильные, властные люди, люди, которые вызывают уважение и даже страх, люди, уверенные в себе, ведущие себя наступательно и агрессивно, заслуживают большей любви или, по крайней мере, с большим правом пользуются ее плодами. Именно в силу этого представления человек, которому недостает любви и который ищет ее, может демонстрировать самоуверенное, агрессивное поведение. Но в данном случае самоуважение не является конечной целью, оно выступает как средство удовлетворения другой потребности. Такие люди занимают активную, наступательную позицию не ради самоутверждения как такового, а для того, чтобы добиться любви.

2. Креативные потребности людей с ярко выраженным творческим потенциалом выглядят более важными, более значимыми, чем любые другие. Надо отдать должное таким людям — испытываемая ими потребность в актуализации творческого потенциала не всегда вызвана насыщением базовых потребностей, очень часто они творят вопреки неудовлетворенности.

3. Человек может навсегда остаться на одном, достаточно низком уровне мотивационной жизни, он может смириться со своими «земными» потребностями, забыть о самом существовании высших целей человеческого бытия или отказаться от них. Например, человек, некогда терпевший лишения, например, бывший безработный, до конца своих дней может радоваться только тому, что он сыт.

4. Психопат — еще один образчик утраты потребности в любви. Как показывают клинические исследования, психопат, в раннем детстве испытывавший недостаток любви, навсегда утрачивает желание и способность получать и дарить любовь (подобно тому, как у животных угасают сосательный и клевательный рефлекс, если в первые дни жизни они не получают достаточного подкрепления).





## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

5. Еще один пример подмены потребностей можно обнаружить в тех случаях, когда человек, не встречая никаких преград на пути удовлетворения своих желаний, не постигает всей ценности дарованного ему. Люди, которые не знают, что такое голод, насколько жестокому испытанию подвергается голодный человек, со всей убежденностью считают еду чем-то неважным, несущественным.

6. Очень может быть, что видимость реверсии возникает еще и потому, что мы пытаемся говорить об иерархии препотентности скорее в терминах осознаваемых желаний и стремлений, нежели в терминах поведения. Известно, что поведение не всегда отражает стоящие за ним мотивы. Говоря об иерархии потребностей, мы утверждаем лишь, что человек, у которого не удовлетворены две потребности, предпочтет сначала удовлетворить более базовую, а, следовательно, и более насущную потребность. Но это ни в коем случае не означает, что поведение этого человека будет определяться именно этой потребностью. Считаю нужным еще раз подчеркнуть, что потребности и желания человека — не единственные детерминанты его поведения.

7. Из всех случаев реверсии, пожалуй, самую высокую ценность имеют те, что связаны с высшими социальными нормами, с высшими идеалами и ценностями. Люди, преданные таким идеалам и ценностям, готовы ради них терпеть лишения, муки и даже пойти на смерть. Мы сможем лучше понять чувства этих людей, если согласимся с основополагающей концепцией (или гипотезой), которую в кратком изложении звучит следующим образом: удовлетворение базовых потребностей в раннем детстве закладывает основы повышенной фрустрационной толерантности. Можно предположить, что у людей, которые большую часть жизни, и особенно в раннем детстве, были удовлетворены в своих базовых потребностях, развивается особый иммунитет к возможной фрустрации данных потребностей.

**Мера удовлетворенности потребности.** Боюсь, что наши рассуждения могут подтолкнуть мысль читателя в ложном направлении. Может показаться, что иерархия пяти описанных нами групп потребностей обозначает конкретную зависимость — стоит, мол, удовлетворить одну потребность, как тут же ее место занимает другая. Отсюда может последовать следующий ошибочный вывод — возникновение потребности возможно только после стопроцентного удовлетворения нижележащей потребности. На самом же деле, почти о любом здоровом представителе нашего общества можно сказать, что он одновременно и удовлетворен, и неудовлетворен во всех своих базовых потребностях. Наше представление об иерархии потребностей будет более реалистичным, если мы введем понятие меры удовлетворенности потребностей и скажем, что низшие потребности всегда удовлетворены в большей мере, чем высшие. Если в целях наглядности воспользоваться конкретными цифрами, пусть и условными, то получится, что у среднестатистического



## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

гражданина физиологические потребности удовлетворены, например, на 85 %, потребность в безопасности удовлетворена на 70 %, потребность в любви — на 50 %, потребность в самоуважении — на 40 %, а потребность в самоактуализации — на 10 %.

Термин «мера удовлетворенности потребности» позволяет нам лучше понять тезис об актуализации более высокой потребности после удовлетворения более низкой. Особо следует подчеркнуть, что процесс актуализации потребностей не внезапный, не взрывной, скорее следует говорить о постепенной актуализации более высоких потребностей, о медленном пробуждении и активизации. Например, если потребность А удовлетворена только на 10 %, то потребность В может не обнаруживаться вовсе. Однако, если потребность А удовлетворена на 25 %, то потребность В «пробуждается» на 5 %, а когда потребность А получает 75 %-ое удовлетворение, то потребность В может обнаружить себя на все 50 % и так далее.

**Неосознаваемый характер потребностей.** О базовых потребностях нельзя однозначно сказать, что они бессознательные или, наоборот, сознательные. Однако, как правило, у среднестатистического человека они все же имеют бессознательную природу. Не думаю, что было бы разумным приводить здесь все то огромное множество клинических данных, которые свидетельствуют о чрезвычайно важной роли бессознательной мотивации. Потребности, которые мы называем базовыми, большинством людей либо совсем не осознаются, либо осознаются отчасти, хотя, разумеется, особо утонченные, особо чувствительные люди способны и к полному осознанию. Есть ряд специальных техник, предназначенных именно для того, чтобы помочь человеку осознать свои бессознательные потребности.

**Потребности и культура, общее и особенное.** Предложенная выше классификация основывается на представлении об универсальном характере базовых потребностей и представляет собой попытку преодоления тех видимых, поверхностных различий, которые обнаруживаются в конкретных желаниях представителей разных культур. Наша классификация базовых потребностей обусловлена стремлением найти то общее, что объединяет всех людей независимо от цвета их кожи, национальности, стиля жизни, привычек, манеры держаться и прочих внешних вещей. Мы не готовы со всей уверенностью заявить, что наша классификация — истина в последней инстанции, что она универсальна абсолютно для всех культур. Мы утверждаем лишь, что базовые потребности являются гораздо более универсальной характеристикой человека, чем его сознательные желания.

**Множественная мотивация поведения.** Ни одна из упомянутых нами потребностей почти никогда не становится единственным, всепоглощающим мотивом поведения человека. Подтверждением этому могут стать исследования таких форм поведения, которые принято



## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

называть физиологически мотивированными, например, исследования пищевого или сексуального поведения. Клиническим психологам давно известно, что посредством одного и того же поведенческого акта могут выражаться самые разные импульсы. Иначе говоря, практически любой поведенческий акт детерминирован множеством мотивов. Если говорить о мотивационных детерминантах, то поведение, как правило, детерминировано не одной отдельно взятой потребностью, а совокупностью нескольких или всех базовых потребностей. Если мы сталкиваемся с поведенческим актом, в котором мы можем выявить единственную детерминанту, единственный мотив, то нужно понимать, что мы имеем дело с исключением. Человек ест для того, чтобы избавиться от чувства пустоты в животе, но это не единственная причина. Человек ест также и потому, что стремится к комфорту, к безопасности или пытается таким образом удовлетворить иные свои потребности. Человек занимается любовью не только под воздействием сексуального влечения. Для одного половой акт служит способом мужского самоутверждения, для другого это возможность властвовать, почувствовать себя сильным, третий, занимаясь любовью, ищет тепла и сочувствия.

**Множественная детерминация поведения.** Базовые потребности не определяют все поведение человека. Можно сказать даже, что не за всяким поведенческим актом обязательно стоит какой-то мотив. Есть и иные, кроме мотивов, детерминанты поведения. В роли одной из важнейших детерминант выступает внешняя среда, или так называемое поле. Все поведение человека может, по крайней мере, теоретически определяться влияниями среды или даже каким-то одним, специфическим, изолированным внешним стимулом, и такое поведение мы называем ассоциативным или условно-рефлекторным. Если в ответ на стимульное слово «стол» в моей голове мгновенно возникает картинка стола или стула, то, очевидно, что эта реакция никак не связана с моими базовыми потребностями.

Необходимо также учитывать различия между экспрессивным и функциональным (или целенаправленным) поведением. Экспрессивное поведение не имеет цели, оно не более чем отражение личности, индивидуальности. Глупец ведет себя глупо не потому, что хочет выглядеть дураком или старается вести себя так, а просто потому, что он таков, каков он есть. То же самое можно сказать о певце, который поет басом, а не тенором или сопрано. Спонтанные движения здорового ребенка, улыбка, озаряющая лицо счастливого человека, бодрая, пружинистая походка молодого, здорового мужчины, его всегда расправленные плечи — все это примеры экспрессивного, нефункционального поведения. Общий стиль, манера поведения, — как мотивированного, так и немотивированного, — сами по себе могут считаться экспрессивным поведением [3, 15].



## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

**Антропоцентризм против зооцентризма.** За отправную точку в данной теории мотивации мы взяли человека, а не какое-нибудь низшее, более простое животное. Мы поступили так потому, что слишком многие выводы, сделанные на основании экспериментов с животными, бесспорные по отношению к животным, оказываются совершенно неприемлемыми, когда мы пытаемся распространить их на человека. Я не понимаю, отчего многие исследователи, желающие исследовать мотивацию человека, начинают с экспериментов над животными. Причем логика, а вернее нелогичность этой всеобщей погони за псевдопростотой навязывается нам не только учеными-естественниками, ей зачастую следуют философы и логики. Если согласиться с тем, что изучению человека обязательно должно предшествовать изучение животных, то несложно сделать и следующий шаг и заявить, что, прежде чем браться за психологию, нужно досконально изучить, например, математику.

### МОТИВАЦИЯ И ТЕОРИЯ ПСИХОПАТОГЕНЕЗА

Итак, мы оцениваем содержание осознанной мотивации как более или менее важное в зависимости от того, в какой мере оно связано с базовыми целями. Желание съесть мороженое может быть косвенным выражением потребности в любви, и в этом случае оно является чрезвычайно важной мотивацией. Но если причина вашей потребности в мороженом исключительно внешняя, если вам жарко и вы просто-напросто хотите чего-нибудь прохладного или у вас неожиданно разыгрался аппетит, то это желание можно отнести к разряду несущественных. Я призываю относиться к повседневным осознанным желаниям лишь как к симптомам, как к *внешним проявлениям иных, более базовых потребностей и желаний*. Если же мы будем принимать их за чистую монету, если мы примемся оценивать мотивационную жизнь индивидуума по этим внешним, поверхностным симптомам, поленимся искать их подоплеку, мы можем очень сильно ошибиться. Преграды, встающие на пути удовлетворения внешних, несущественных желаний, не грозят человеку ничем существенным, но если неудовлетворенными окажутся важные, базовые потребности, ему угрожает психопатология. А потому любая теория психопатогенеза должна иметь в своей основе верную теорию мотивации. Конфликт или фрустрация не обязательно приводят к патологии, но они становятся серьезными патогенными факторами тогда, когда угрожают удовлетворению базовых потребностей или тех парциальных желаний, которые тесно связаны с базовыми потребностями.

### ЧТО ОСТАЕТСЯ ОТ ПОТРЕБНОСТИ ПОСЛЕ ЕЕ УДОВЛЕТВОРЕНИЯ

Я почти готов утверждать, что человек, удовлетворив свою базовую потребность, будь то потребность в любви, в безопасности или в самоуважении, лишается ее. Если мы и предполагаем за ним эту



## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

потребность, то не более чем в метафизическом смысле, в том же смысле, в каком сытый человек голоден, а наполненная вином бутылка — пуста. Если нас интересует, что в действительности движет человеком, а не то, чем он был, будет или может быть движим, то мы должны признать, что удовлетворенная потребность не может рассматриваться как мотив. С практической точки зрения правильно было бы считать, что этой потребности уже не существует, что она угасла. Считаю необходимым особо подчеркнуть этот момент, так как во всех известных мне теориях мотивации его либо обходят стороной, либо трактуют совершенно иначе. На основании всего вышеизложенного я со всей прямоотой и резкостью заявляю, что человека, неудовлетворенного в какой-либо из базовых потребностей, мы должны рассматривать как больного или, по меньшей мере «недочеловеченного» человека. Нас ничто не останавливает, когда мы называем больными людей, страдающих от нехватки витаминов и микроэлементов. Но кто сказал, что нехватка любви менее пагубна для организма, чем нехватка витаминов? Зная о патогенном влиянии на организм неразделенной любви, кто возьмется обвинить меня в ненаучности на том лишь основании, что я пытаюсь ввести в сферу научного рассмотрения такую «ненаучную» проблему, как проблема ценностей? Терапевт, столкнувшись с цингой или пеллагрой, рассуждает о роли витаминов, с тем же правом психолог говорит о ценностях. Следуя этой аналогии, можно сказать, что главной движущей силой здорового человека является потребность в развитии и полной актуализации заложенных в нем способностей.

Если человек постоянно ощущает влияние иной потребности, его нельзя считать здоровым человеком. Он болен, и эта болезнь так же серьезна, как нарушение солевого или кальциевого баланса.

Может быть, это заявление покажется вам парадоксальным. В таком случае спешу заверить вас, что этот парадокс — лишь один из множества, которые ожидают нас при исследовании глубин человеческой мотивации. Невозможно понять сущность человека, не задав себе вопроса: «Что нужно этому человеку от жизни, чего он ищет в ней?»

### **ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ АВТОНОМИЯ**

Гордон Олпорт [1, 2] сформулировал и ввел в научный обиход принцип, гласящий, что средство достижения цели может подменить собой цель и само по себе стать источником удовлетворения, то есть может стать самоцельным в сознании индивидуума. Этот принцип лишней раз убеждает нас в том, что обучение играет важнейшую роль в мотивации человека. Но не это существенно, а то, что он заставляет нас заново пересмотреть все изложенные выше законы человеческой мотивации. Парадокс Олпорта ни в коем случае не противоречит им, он дополняет и развивает их. Вопрос о том, насколько уместно рассматривать эти средства-цели в качестве базовых потребностей и насколько они





## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

удовлетворяют выдвинутым выше критериям отнесения потребности в разряд базовых, остается открытым и требует специальных исследований.

Как бы то ни было, мы уже убедились в том, что на базовые потребности, удовлетворяемые достаточно постоянно и достаточно длительное время, уже не оказывают такого существенного влияния ни условия, необходимые для их удовлетворения, ни сам факт их удовлетворения или неудовлетворения. Если человек в раннем детстве был окружен любовью, вниманием и заботой близких людей, если его потребности в безопасности, в принадлежности и любви были удовлетворены, то, став взрослым, он будет более независим от этих потребностей, чем среднестатистический человек. Я склоняюсь к мнению, что так называемый сильный характер является самым важным следствием функциональной автономии. Сильный, здоровый, автономный человек не боится осуждения окружающих людей, он не ищет их любви и не заискивает перед ними, и эта его способность обусловлена чувством базового удовлетворения. Испытываемые им чувство безопасности и причастности, его любовь и самоуважение функционально автономны или, говоря другими словами, не зависят от факта удовлетворения потребности, лежавшей в их основе.

### Литература

1. Allport, G., *Pattern and Growth in Personality*, New York: Holt, Rinehart Winston. 1961.
2. Allport, G., *Personality and Social Encounter*, Boston: Beacon, 1960.
3. Allport, G., and Vernon, P. E., *Studies in Expressive Movement*, New York: Macmillan, 1933.
4. Cannon, W.G.. *Wisdom of the Body*. New York: Norton, 1932.
5. Goldfarb, W., Psychological privation in infancy and subsequent adjustment. *Am. J. Orthopsychiat.*, 1945, 15, 247—255.
6. Goldstein, K., *The Organism*, New York: American Book, 1939.
7. Harlow.H.F., Learning motivated by a manipulation drive. *J. exptl. Psychol.*, 1950 40, 228—234.
8. Honey, K., *The Neurotic Personality of Our Time*, New York: Norton, 1937.
9. Honey, K., *Neurosis and Human Growth*, New York: Norton, 1950.
10. Maier, N.R.F., *Studies of Abnormal Behavior in the Rat*, New York: Harper & Row, 1939.
11. Maslow, A.H., *Toward a Psychology of Being*, 2nd ed., New York: Van Nostrand Reinhold, 1968.
12. Maslow, A.H., The influence of familiarization on preference, *J. Exptl. Psychol.* 1937, 21, 162—180,
13. Maslow, A. H., A theory of metamotivation: the biological rooting of the



ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ К ЗАНЯТИЮ 3, Лекция 4

value-life, *J. humanistic Psychol*, 1967, 7, 93—127.

14. Rand, A., *The Fountainhead*, Indianapolis: Bobbs-Merrill, 1943.

15. Wolff, W., *The Expression of Personality*, New York: Harper & Row, 1943.

16. Young, P.T., Appetite, palatability and feeding habit; a critical review, *Psychol. Bull.*, 1948, 45, 289—320.

17. Young, P.T., The experimental analysis of appetite, *Psychol. Bull.*, 1941, 38, 129—164.

