**マズローの欲求階層説**（欲求階層理論）

　人間にはいろいろな欲求があります。食欲・性欲など生存に関するものから、大金持ちになりたい、賞賛を得たい、一つの道を極めたいなどなど。人間（に限らず動物全般）は、そのような欲求に基づいて行動をしていると言えます。

　 アメリカの心理学者・アブラハム・マズロー(Abraham Harold Maslow)は、人間の欲求を低次から高次の順で分類し、5段階のピラミッド型の欲求の階層によって示しました。マズローによって階層化された欲求とは、生理的欲求・安全欲求・愛情欲求・尊敬欲求・自己実現欲求の5つです。1つ1つ詳しく見ていきましょう。

1.生理的欲求
　人間が生きていくために最低限必要な、生理現象を満たすための欲求です。食物、排泄、睡眠など、個体として生命を維持するために必要な基本的な欲求です。

2.安全欲求（安定性欲求）
　誰にも脅かされることなく、安全に安心して生活をしていきたいという欲求です。雨・風をしのぐための住居を欲するというものから、戦争などの争いごとのない環境で過ごしたいという欲求まで含まれます。食べるものに不自由しなくなると、次は安心して食事や睡眠を取れる場所が欲しくなるということです。

3.愛情欲求（所属欲求・社会的欲求）
　集団に属したり、仲間から愛情を得たいという欲求です。寝食が満たされると、誰かにかまってほしくなるのですね。

4.尊敬欲求（承認欲求）
　他者から、独立した個人として認められ、尊敬されたいという欲求です。今度は、かまってもらうだけでなく、自立した個人として尊重されたくなるわけです。

5.自己実現欲求
　自分自身の持っている能力・可能性を最大限に引き出し、創造的活動をしたい、目標を達成したい、自己成長したいという欲求です。社会的に成功を収めた人が、社会貢献活動をするのはここに入るかもしれません（一部あるいは多くの人の場合、尊敬欲求として動いているでしょうが・・・）。


　これらの欲求は、1→5の順に高次となり、低次の欲求がある程度満たされないと、それよりも高次の欲求が発現しないと言われています。つまり、低次の欲求が満たされることによって、次の段階の欲求が芽生え、それを満たすために行動を起こすと考えられています。そして、1～4の欲求は、足りないものを満たすという意味で“欠乏欲求”と呼ばれていますが、5はそれらとは質が異なり、“成長欲求”と呼ばれています。

　さて、あなたはそれぞれの段階がどの程度満たされ、そして、どの程度の欲求を持っていますか。

　今の日本の社会では、食事と生活の場に困っているという方は多くないでしょう（特に、この記事を読んでいる方であれば）。そういう意味では、1と2の欲求に関しては、ある程度満たされていると言ってもいいかと思います。しかし、高度にデジタル化、合理化されている社会にあって、個人情報・プライバシーが侵害されたり、弱者が取り残されていったりと、決して安心しては暮らせないという現状もあります。ただでさえ、3と4に関して満たされることが少なくなってきているのに、安全に安心して暮らすことすらままならないなんて、どうなっているのでしょうか、この国（世界）は。

　なお、マズローによると、最後の自己実現欲求まで辿りつける人というのはわずかだそうです。この欲求階層説だけで世の中を見ることはできませんが、1～4までがある程度満たされ、5を達成しようとする人が多くなると、豊かな社会（経済的な面だけでなく）になっていくのかなぁと思います。