



در حالی که دستش را دراز کرد بود که کاسه سوپ را بردارد، مادرش کاسه سوپ را از جلو دستانش برداشت و به برادر کوچک‌ترش داد. این رفتار مادر، چندان هم غیرمعمول نبود. از هر فرصتی استفاده می‌کرد تا او را تحقیر کند. پدرش اگرچه مانند مادر سعی در آزار او نداشت، اما هر از گاهی با صدای بلند در خانه تکرار می‌کرد که بچه به این زشتی تا حالا کسی ندیده. وضعیت در مدرسه هم چندان بهتر نبود. علی رغم این که دانش‌آموز تیزهوشی بود اما معلمش، به دلیل مهاجر و اقلیت بودن او، از هیچ فرصتی برای این که ثابت کند که او هوش زیادی ندارد نمی‌گذشت. با این همه کوچه پس‌کوچه‌های بروکلین را با پاهای ورم‌کرده می‌گشت تا کتابخانه‌ای و کتابی تازه‌ای پیدا کند.
نیاز...

«نیازهای را بگو تا بگویم تو کیستی». این جمله در بین روانشناسان امروز جمله رایجی است. به عبارت دیگر، سطح نیازهای هر فرد تا حدود زیادی بیانگر شخصیت اوست. از جمله روانشناسانی که در مورد نیازهای انسان مطالعات عمیق و وسیعی انجام داد، آبراهام مزلو (Abraham Maslow) بود. او معتقد بود که برای شناخت انسان باید دید که او از چه نیازهایی متأثر است و به عبارت بهتر چه سطحی از نیازهای او فعال است. از دید او نیاز حالتی را در شخص پدید می‌آورد که طی آن نتیجه خاصی برای او جالب توجه و ارزشمند می‌شود. در واقع می‌توان گفت که نیاز باعث انگیزش انسان می‌شود تا او را وادارد که برای رفع آن تلاش کند. مزلو در کتاب انگیزش و شخصیت (Motivation and Personality) که در 1943 و در سی و پنج سالگی‌اش نوشت، نظریه‌ای را ارائه داد که تاثیر عظیمی بر مطالعات مربوط به شناخت انسان، رفتارهای او و انگیزه‌هایش گذاشت. آثار او در زمینه شناخت نیازهای انسان و طبقه‌بندی آن‌ها و چگونگی شکوفایی ظرفیت‌های انسان تاثیر بزرگی بر حوزه‌های مدیریت، کارآفرینی و منابع انسانی داشته است.

مزلو نیازهای انسان را به پنج طبقه یا سطح در یک هرم تقسیم کرد و معتقد بود که هر انسانی در انجام رفتار خاصی تحت تاثیر یکی از این نیازهاست و همیشه نیرومندترین نیاز بیشترین تاثیر را بر رفتار شخص می‌گذارد و ما برای این که بفهمیم که شخص چرا یک رفتار خاص را بروز داد، باید بدانیم که در آن لحظه تحت تاثیر چه نیازی بوده است. اجازه بدهید که نگاهی به سلسله مراتب نیازهای انسان از دید مزلو بیندازیم که معمولا به شکل یک هرم نشان داده می‌شود.

1. نیازهای زیستی:

نیازهایی مانند غذا، آب و خواب در پایین‌ترین و ابتدایی‌ترین سطح نیازهای انسان قرار می‌گیرند و تا این نیازها، دست‌کم تا حدودی برآورده نشوند انسان نمی‌تواند به رفع سطح بالاتری از نیازهای خود بپردازد. به عنوان نمونه انسانی که به شدت گرسنه است نمی‌تواند به نیازهای سطح بالاتر مانند عشق یا احترام متقابل و عزت نفس فکر کند.

2. نیازهای ایمنی:

این نیازها به اندازه نیازهای زیستی قوی نیستند اما می توانند تاثیر قدرتمندی بر رفتار انسانها بگذارند. از جمله این نیازها می توان به نیاز به داشتن شغل پایدار، خانواده، مسکن، پس انداز، بیمه و ... اشاره کرد.

3. نیازهای اجتماعی:

عشق و احساس تعلق: وقتی نیازهای زیستی و ایمنی تا حدودی برآورده شدند، اکنون نوبت به نیازهای اجتماعی مانند احساس تعلق به گروه، محبت، عشق و نیاز به دوست داشتن و دوست داشته شدن می رسد. این که بتوانی انعکاس وجود و شخصیت خود را در آینه وجود دیگران ببینی. عضویت در احزاب و گروهها، انجمنهای مورد علاقه و داشتن روابط مهرآمیز از جمله نیازهای اجتماعی است. مزلو معتقد بود که برآورده نشدن نیازهای مرتبط با عشق باعث به وجود آمدن بسیاری از اختلالها و بیماریهای روانی می شود.

4. نیازهای مرتبط با احترام و اعتماد و عزت نفس:

داشتن عزت نفس و دوست داشتن خود از جمله نیازهایی است که پس از برآورده شدن سه سطح دیگر از نیازها خود را نشان می دهند. این که احترام و نیز عزت لازم را برای خود قایل شوی و در عین حال از دیگران ببینی، از نیازهای مهم انسان به حساب می آید. نیاز به موفق بودن، مورد قدردانی قرار گرفتن، شهرت و اعتبار، موقعیت اجتماعی و پیشرفت در این طبقه قرار می گیرند. مزلو اعتقاد داشت که کمبود عزت نفس می تواند به افسردگی منجر شود.

5. خود شکوفایی:

آخرین و بالاترین مرحله در سلسله مراتب نیازهای مزلو نیاز به خودشکوفایی (Self-actualization) و تحقق استعدادها و ظرفیت های درونی است. او انسان خودشکופا را دارای ویژگیها خاصی می داند و معتقد است که انسان باید همه آنچه را که می تواند بالقوه باشد، به فعل درآورد و همان بشود.



نکته مهم در هرم نیازها این است که چهار نیاز اول نیازهای مبتنی بر کمبود (Deficiency Needs) هستند. یعنی انسان این نیازها را در خود دارد و چون چیزهایی که آنها را برآورده می کنند وجود ندارد و یا به اندازه کافی وجود ندارد، انسان برای به دست آوردنشان انگیزه می یابد و تلاش می کند که آنها را به چنگ آورد و تنش روانی ناشی از نیاز را مرتفع کند. اما نیاز پنجم یعنی خودشکوفایی مبتنی بر کمبود و محرومیت نیست. وقتی نیازهای چهار سطح قبلی برآورده شوند، نیازهایی که وی آن را نیازهای «بودن» می نامد به میان می آید و فرآیند رشد، انسانهای خودشکופا را هدایت می کند و ارزشهایی مانند حقیقت، واقع بینی، صداقت و زیبایی انسانها را برمی انگیزاند. نکته

دیگر این که مزلو اعتقاد نداشت که این مراحل کاملا همگانی و غیرقابل انعطاف هستند. گاه ممکن است شخص خاصی، به دلیل تجربیات خاص بدون طی کردن یک نیاز، به مرحله بعد می‌رود. اما این سلسله نیازها در مورد اغلب انسان‌ها می‌تواند به کار گرفته شود.

خودشکوفایی...

مزلو اعتقاد داشت که بیماری‌های روان انسان عمدتاً به دلیل برآورده نشدن نیازها و به ویژه نیاز به خودشکوفایی به وجود می‌آیند. او ده‌ها نفر از افرادی را که فکر می‌کرد که به مرحله خودشکوفایی رسیده‌اند مورد بررسی و مطالعه قرار داد. اینشتین، بتهون، والت ویتمن، مارک تواین، جفرسون و تنی چند از دوستانش از آن جمله‌اند. مزلو اعتقاد داشت که تعداد اندکی از افراد هر جامعه می‌توانند به مرحله خودشکوفایی برسند چرا که امکانات لازم برای اغلب مردم در جوامع انسانی فراهم نیست. رفتار افراد خودشکوفای منبعت از نیازهای مبتنی بر کمبود نیست بلکه فرآیند رشد است که آن‌ها را به سوی محقق کردن ظرفیت‌های بالقوه می‌برد.

مزلو بعد از مطالعه تعدادی از انسان‌های خودشکوفای، پی برد که آن‌ها خصوصیات مشترکی دارند که برخی از آن‌ها از این قرارند:

- واقعیت را به درستی درک می‌کنند و بر مبنای آن رفتار می‌کنند.
- خودپذیری بالایی دارند و با خود و دیگران و دنیا در صلح هستند.
- آنجا که لازم باشد از دیگران و فرهنگ غالب تاثیر نمی‌گیرند و استقلال رای دارند.
- مساله‌مدارند تا خودمدار و به دنبال حل مسایلی هستند که برای انسان‌ها و جوامع مهم باشد.
- به نیاز خود برای تنهایی و باخود بودن اهمیت می‌دهند.
- خودجوش و خودانگیخته هستند و پاداش‌های خارجی آن‌ها را چندان تحت تاثیر قرار نمی‌دهد.
- خلاق هستند.
- روابط عمیق با تعداد کمی از دوستان دارند.
- نوعی شوخ‌طبعی طبیعی دارند.
- اهل تقدیر و تحسین هستند.

وی همچنین داشتن تجربه اوج یا غرق شدن در یک تجربه خاص و برگرفتن حواس از چیزهای دیگر، داشتن حس انسان‌دوستی، منحصر به فرد بودن، انعطاف‌پذیری، همدلی با دیگران و نداشتن بیماری و اختلالات روانی را از دیگر خصوصیات انسان‌های خودشکوفای به شمار می‌آیند.

خودشکوفایی و مدیریت...

این که چگونه همکاری داشته باشیم که نسبت به کار و سازمانی که در آن کار می‌کنند بی‌تفاوت نباشند، کارکنانی که خلاق باشند و بتوانند از طریق نوآوری و یا از طریق کار صادقانه اهداف سازمان یا شرکت را پیش ببرند، از دیرباز دغدغه مدیران و کارآفرینان بوده است. در نقاط مختلف دنیا سازمان‌ها و شرکت‌ها، هزینه‌های زیادی به این کار اختصاص می‌دهند. اما مزلو به ما آموخت که انسان‌ها چه نیازهای مهمی دارند و کدام یک از آن‌ها در اولویت هستند. به این ترتیب، در نظر گرفتن مثلاً یک پاداش مالی برای همه کارکنان سازمان نمی‌تواند خیلی موثر باشد چرا که هر کدام از آن‌ها در موقعیت‌های متفاوتی هستند.

بدیهی است کسی که نیازهای سه سطح اول برایش ارضا شده باشد، یک پاداش مالی چندان در او انگیزه ایجاد نخواهد کرد. به‌طور طبیعی کارمندی که هنوز در مرحله تامین غذا و یا سرپناه برای خود و خانواده‌اش به سر می‌برد، نمی‌تواند از او انتظار داشت که به ارزش‌های سازمانی بیاندیشد.

البته همیشه هستند کسانی که گونه‌ای دیگر رفتار می‌کنند و یا می‌توانند برای کوتاه مدت بعضی از نیازهای خود را به خاطر مصالح بلندمدت خود یا جامعه، نادیده بگیرند؛ اما نمی‌توان از همه انتظار داشت که چنین کنند.

مزلو مکتب خاصی را در روانشناسی پدید آورد که به روانشناسی انسان‌گرا معروف است. عمده روانشناسان پیش از او ذات و طبیعت بشر را بد و یا خشن می‌پنداشتند. به عنوان نمونه فروید اغلب رفتارهای مهم انسان را متأثر از ناخودآگاه می‌داند که خود منبع عقده‌های تشفی‌نا یافته و سرشار از خشونت است. یا اسکینر که معتقد بود با

مقداری پاداش می‌توان انسان را به هر سو که مایل هستی بکشانی. اما، مزلو بر طبیعت مثبت ذات انسانی پای فشارد و این که کافی است شرایط اولیه برای بروز استعدادها و ظرفیت‌های انسان پدید آید آنگاه خواهید دید که

چگونه او شکوفای می‌شود. نکته عجیب و جالب اما، این است که این نظریه مثبت و این روانشناسی انسان‌گرا را کسی ارایه داد که خود در شوره‌زار تحقیر، نفرت و نادیده انگاشتن ظرفیت‌های انسانی در یکی از شدیدترین اشکال خود، بالیده بود؛ آری، آن کودک...

آن کودک...

آن کودکی که مادرش غذا را از جلوی دستش می‌ربود و به فرزندان دیگر می‌داد، آن کودکی که پدرش او را زشت‌ترین کودک روی زمین می‌نامید و معلمش همه کار می‌کرد تا ثابت کند که او بی‌استعداد است، آن کودکی که در کوچه پس‌کوچه‌های بروکلین پرسه می‌زد تا بلکه کتابخانه‌ای بیابد و کتابی بخواند، نامش آبرهام مزلو بود و در تمام عمرش یک چیز بیشتر نگفت: اگر می‌خواهید انسان، انسان شود، به او کمک کنید تا استعدادهای درونی‌اش را شکوفا کند.

تاریخ انتشار:

06 دی 1397

نشانی منبع:

<https://www.shabakeh-mag.com/opinion/14177/%D8%A2%D9%86-%DA%A9%D9%88%D8%AF%DA%A9>