

论马斯洛自我实现理论

戴正清¹ 徐 飞² 徐旭辉¹

(1. 武汉大学 政治与公共管理学院, 湖北 武汉 430072; 2. 石河子大学 政法学院, 新疆 石河子 830002)

摘要:文章肯定了马斯洛自我实现理论的理论价值和实践价值,但对马斯洛把自我实现作为健康人格的标准提出了质疑,也指出了自我实现理论的理想性。

关键词:马斯洛;“自我实现”理论;人的潜能;人性

中图分类号: B848 **文献标识码:** A **文章编号:** 1001-05124(2005)02-0087-04

自我实现理论是马斯洛人本主义心理学的理论支柱之一,自我实现的人被马斯洛认为具有最健康、最完美的人格。马斯洛探讨自我实现是在大学时代,受其两位恩师(一位是完形心理学的主要创始人之一,一位是著名文化人类学家)的学术思想和学术品格的影响,马斯洛想从他们身上找出共同的高贵品质,便开始了对自我实现的研究。他的研究对象还有历史上最有名的人物,如晚年的林肯、托马斯·杰斐逊和威廉·詹姆斯等,表明马斯洛希望找出对人类社会做出重大贡献的人的人格特征。他认为只有在这些人身上所体现的人性特征,才能代表人性所蕴涵潜能的最高限度,才能展现出人性的美好本性与丰富色彩。

一、自我实现理论的内容

(一)自我实现的概念和实质

自我实现概念,贯穿于马斯洛整个学术生涯。在他的所有著作中,这一术语被多次从不同的角度在不同的地方加以说明和界定:1. 从人类需要的角度谈人的自我实现。他把自我实现看作是人成为自己的本性和潜力所能达到的一种需要或愿望。这里主要强调的是从人的本性出发。“一个人能成为什么,他就必须成为什么。”^[1]马斯洛的自我实现概念实质上就是充分发挥自己的潜力所能达到的境界,这种境界是人的本性所规定的东西,它是人性中必然的东西,不是外在的力量强加人的。2 “成为他所能成为的一切”。^[1]他把人的自我实现视为人不断自我调整自身心理倾向、实现自身潜能或潜力的一种需要。自我实现就是自我发挥和自我完善,强调自我实现者有很强的成功的个性特点,是自我价值最大程度的实现,使自己的才能全面展现。3 竭尽所能,使自己趋于完美。马斯洛强调了自我实现的生物学上的本性:天资、能力和潜能。但是,这种实现不可能是尽善尽美的,人毕竟不是神,不可能是全知、全能、至美,因此,自我实现有个过程,人在这个过程中竭尽所能,使自己趋于完美。自我实现是指人的天资、能力、潜能得到充分的开发和利用,使人趋向完美的过程,在此主要强调的是自我实现是个动态的概念。4. 高峰体验。自我实现的优点就是人在高峰体验时的特点,就是人在高峰体验时的种种心理面貌,高峰体验是人自我实现的一个极其重要的表现。处在高峰体验的人对体验是更坦率的,更有特异性,更完全表现或自发的,或充分运行的,更有创造性的,更幽默的,更超越自我的,更独立于他的低级需要的,等等。

(二)健康人格的概念——自我实现的人格特征

在马斯洛看来,自我实现是人格发展成熟的标志。“自我实现也许可以大致描述为充分利用和开发天资、能力、潜能等等”,“意味着基本满足再加上起码的天才、能力、或者‘人性的丰富’”,

收稿日期:2004-07-30

第一作者简介:戴正清,男,武汉大学政治与公共管理学院副教授。

“自我实现者是一些已经走到,或者正在走到自己力所能及高度的人”。^[2]马斯洛反对只从病态的角度研究人的心理,主张研究健康人的积极方面。他所选择的研究对象都是历史上或当代最有成就、最有名望、影响广泛和备受赞扬的一些人,其中包括爱因斯坦、斯宾诺莎、华盛顿、歌德这样一些人物在内。他认为只有在这些人身上所体现的人性特征,才能代表人性所蕴涵潜能的最高限度,才能展现出人性的美好本性与丰富色彩。他从研究中得出结论“心理健康有两个标准:很少有严重的心理问题和正在充分开发、利用自己的天资、能力以及潜能。”^[2]他十分细致地描述了自我实现者的人格特征:1.对现实更有效的洞察力和更适意的关系。自我实现者更善于从事物本身出发,而很少加上自己的主观感受,更能从事物本身的规律出发,从而揭示事物的规律,预测未来。并且他们接受未知事物,与之关系融洽。2.对自我、他人和自然的接受。能接纳自己和他人,没有防御、戒心,没有保护色或者伪装,纯真无邪的眼光看世界。3.行为的自然流露。自发、坦率、真实,对习俗是内在的不遵从,他们行为的准则是根据行为本身的性质和自己的愿望和能力,很少受世俗的限制。4.以问题为中心。倾向于关心问题而不是自己,专注于某项工作,热情地献身于自己的工作。5.超然独立的特性;离群独处的需要。他们常常可以超然于物外,泰然自若地保持平静。有独立和自立的需要,不回避与人接触,不依赖他人为自己拿主意,作决断。6.意志自由:对文化与环境的独立性。自我实现的人是受成长性动机的促动而不是匮乏性动机的,其需要的满足的因素是个体的、内在的而不是社会性的。7.自我实现者经常带着敬畏、兴奋、好奇甚至狂喜来欣赏日常事物和事件。8.神秘体验:海洋感情即进入一种天人合一、物我两忘的境界,沉浸在一片纯净而完善的幸福之中,这也是道家学派所追求的境界。9.社会感情:对人类怀有一种很深的认同、同情和爱的感情。10.与他人建立深厚的人际关系。11.民主的性格结构:对别人没有歧视,能以平等的态度待人,相信“三人同行必有我师”,以虚心的态度向别人学习。12.区分手段与目的:自我实现者相信人是目的而不是手段,手段是为目的服务的,充分尊重的人的价值和尊严,而不能把别人当作实现自己目的的手段。13.富于哲理的、善意的幽默感:自我实现者的幽默不是恶意的低下的幽默,这种幽默从来不以伤害人为目的,正像林肯的幽默,不但给人乐趣还给人教育和启发。14.创造力:创造需要有勇气和挺直自己的脖子的胆量,能全然不顾批评和嘲讽,甚至抵制来自自己文化的影响。15.对文化适应的抵抗:在遵守社会的习俗与规范的同时,能坚守自己的价值体系和行为方式,保持内在的超脱,能抵制现实的压力和束缚,是内引导性的人格特征。

二、对自我实现理论的评价

(一)积极意义

自我实现理论批判了“动物人”的观点,肯定了人的尊严和价值。从心理学角度看,自我实现就是指人的潜能的充分发挥,人的价值得到体现。自我实现论就是关于人类潜能的本性及其发挥条件和规律的理论。自我实现论是一种肯定人的积极向上、进取有为精神的人格学说,“它不仅没有什么可以非难之处,而且,相对于弗洛伊德夸大无意识动机与社会价值之间矛盾冲突的悲观理论,以及行为主义把人的意识视为副现象的机械论而言,是一个明显的进步”。^[3]十分明显,行为主义以重点研究“外显行为”而使人失去人性,并把人降低为“一只较大的白鼠或一架较慢的计算机”,而弗洛伊德的精神分析则声称“人是一个受本能愿望支配的低能弱智的生物”,并把人贬低为一个性恶的反社会的动物。对自我实现者的研究,驳斥了弗洛伊德那种关于人的无意识(本我)中只有坏、邪恶、疯狂和危险的理论。自我实现者的潜意识是创造性的、友爱的、积极的和健康的。自我实现理论在反对把人兽性化、非人格化和无个性化,突出人性、人的价值和尊严、人的主动性和独特性、自我实现、丰满人性方面,既有积极的现实意义,又有深远的历史意义。早在本世纪初,美国著名心理学家威廉·詹姆斯就断言,普通人只用了他们全部潜力的极小部分。詹姆斯的这一重要论断由于受到传统心理学的束缚在其后五六十年间,几乎没有人给予关注,正如社会心理学家赫·伯特奥托博士说的:“近50年来,人类潜力这一课题,完全被社会科学家和行为科学家所忽视,而

没有被他们当作一个中心课题来研究”。^[4]而马斯洛在提出人的动机和需要理论的基础上,认为人类具有巨大的尚未加以利用的潜力,人的发展问题的实质就是人的潜能实现或自我实现的问题。

自我实现理论把人作为人,肯定了人的需要、尊严和价值,在管理学和管理心理学等方面有重要的应用价值。马斯洛的自我实现理论不仅成为行为科学的一个理论基石,而且也是西方管理科学和管理心理学的一个重要的理论支柱。现代新的管理科学的宗旨,不是像传统管理学那样,把人作为物和机器来看待,而是要把人作为人来管理。人不同于物的根本之点,就在于人有自己内在的精神世界,有物质需要之上的主观需要。马斯洛的动机理论使人们认识到人的需要的金字塔,除了低层次的基础需要如生理需要、安全需要而外,还有高层次的需要,包括自我实现的求真、善、美的追求。正如马斯洛说的:“人生活在稳定的价值观的体系中,而不是生活在毫无价值观的机器人世界里”。^[4]它推动传统的经济理论和管理科学发生了革命性的改变,基于经济人假定的依靠物质刺激进行管理的 X 理论,根据这个理论,如果没有一个独立、让人害怕、发号施令的领导,人们就不会去有效地工作。由于雇员的本质是不负责任的、懒惰的,因此,对待他们就必须像对待任性儿童那样不断地责骂、惩罚。而马斯洛的自我实现理论认为人的最终目标是自我实现,是实现和完成人的各种各样的潜能和体现人的自我价值。马斯洛自我实现理论提供的人性的形象是积极的,它主要表现在麦格雷尔的 Y 理论中,在 Y 理论看来,人类是勤劳的、有创造性的,在工作中愿意接受挑战,愿意承担责任;如果给他们提供适当的自由行动、负责和自治条件,大多数人会由于得到自我实现需要的机会而努力工作。

(二)理论缺陷

个人主义的自我实现。马斯洛的自我实现理论产生于个人英雄主义盛行的西方世界,必然受到西方世界的文化影响。他所强调的自我实现,是单个人的自我价值的体现,而不是个人在社会中个体价值的充分实现,没有将个人的自我价值和社会价值完美地结合起来,只是片面地追求个人价值。他与马克思主义所坚持的人的全面发展是有本质的区别的,也与当今我们所坚持“以人为本”的科学发展观有着本质的区别。沙莲香教授指出:“在马斯洛的需要理论中始终没有个人对社会的奉献,也没有自我实现与社会生活条件之间的联系。他的需要模式完全以个人中心主义为立论基础,主要是要求社会满足个人,而没有个人为社会服务,结果,竟形成了这样一种个性,即一种基本从社会中获得的吸收型(或享受型)个性”。^[5]潘菽教授认为自我实现的问题可以放到所谓“个人实现与社会实现”的问题中进行讨论,马斯洛用“个人实现”的概念来代替自我实现,是不科学的,他对自我实现概念基本上持否定态度。^[6]

自我实现只能是一个理想的健康人格标准。判断一个健康人格的标准首先是符合这项标准的人必须在现实生活居于绝大多数,否则,这个健康人格的标准的客观性、准确性和实用性是值得怀疑的。其次,这种健康人格必须是现实生活中的人,在现实条件下,经过大多数人努力可以达到的,而不是心理学上的乌托邦。马斯洛自我实现理论的研究对象是“选自本人认识的一些人和朋友,以及一些著名人士和历史人物。另外,在一次对年轻人的研究中,对三千名大学生进行了筛选,但只有一名大学生可直接作为研究对象,还有一、二十名也许将来可作为研究对象”。^[2]这样的比例真是让现实中的人感到可怕而不愿使用此标准。从自我实现者的特征来看,现实中的人的绝大多数即使经过长时间的努力,也很难达到自我实现的标准。因此,它不可能真正地成为健康人格的标准,而只能是理想的健康人格追求。

总之,马斯洛自我实现理论体现了人的尊严和价值,注重发挥人的潜能和人性所能达到的境界,第一次把人当作人进行研究,不论是弗洛伊德的精神分析生物还原论还是行为主义的生物决定论,都是把人等同于动物,远离心理学的研究方向。毕竟,心理学是人的心理学,而不是动物的心理学,就这方面而言,它具有革命性的意义。但是,马斯洛的自我实现理论是在西方社会历史条件下产生的,深深打上了西方个人主义的烙印,与我们当前所提倡的“以人为本”的科学发展观是有根

本区别的;同时,自我实现理论是一种心理学上的乌托邦,对于对大多数人来说,是难以实现的。这向我们昭示:尽管近代科学心理学发源于西方,我们必须向西方学习,学习西方心理学科学的、合理的和有价值的东西,但是,必须结合中国的实际,尤其是要结合中国文化的实际,特别是要善于发掘儒家、道家思想和传统中医理论的精髓,完整地整理出我国古代心理学思想,这是心理学研究中国化的又一条切实可行的途径。

参考文献

- [1] 马斯洛. 动机与人格 [M]. 许金声,程朝翔等译. 北京:华夏出版社,1987.
- [2] 马斯洛. 自我实现的人 [M]. 许金声,刘锋等译. 北京:生活·读书·新知三联书店,1986.
- [3] 林方. 评西方人本主义心理学 [J]. 中国社会科学,1985,(2).
- [4] 弗兰克·戈布尔. 第三思潮:马斯洛心理学 [M]. 吕明,陈红雯译. 上海:上海译文出版社,1987.
- [5] 沙莲香. 社会心理学 [M]. 北京:中国人民大学出版社,1987.
- [6] 周冠生. 需要的系统观与自我社会价值实现说 [J]. 心理学报,1995,(3).

On Maslow's Self-actualization Theory

DAI Zheng-qing¹ XU Fei² XU Xu-hui¹

(1. College of Politics and Public Administration, Wuhan University, Wuhan Hubei, 430072;

2. Political and Judicial College, Shihezi University, Shihezi Xinjiang, 830002)

Abstract: While keeping a positive view on theoretical and practical value of Maslow's self-actualization Theory, this paper questions Maslow's viewing the self-actualization as the criterion of healthy personality and identifies the idealism of this view.

Key Words: Maslow; self-actualization theory; human potentials; human nature

(责任编辑 陈依元)