*Метамотивация*

Понятие метамотивации (metamotivation) относится к поведению, на которое влияет рост потребностей и ценностей. По Маслоу, такой вид мотивации чаще всего встречается у самоактуализирующихся людей, которые уже удовлетворили свои низкие потребности. Метамотивация часто принимает форму служения идеалам или целям, чему-то такому, что «вне тебя». Метапотребности связаны с основными потребностями — их неудовлетворение вызывает метапатологии — отсутствие ценности, значимости, завершенности в жизни. Маслоу утверждает, что чувство индивидуальности, успешная карьера и приверженность ценностной системе также важны для психического благополучия индивида, как и безопасность, любовь, самоуважение и т. д.

«Рост в иерархии возможен лишь потому, что «более высокие» вкусы лучше «низших», и потому, что удовлетворение «низких» потребностей надоедает» (Maslow, 1971, р. 147).

*Жалобы и метажалобы*

В системе Маслоу отмечены разные уровни жалоб, относящихся к неудовлетворенным потребностям. Например, на фабрике жалобы нижнего уровня могут быть реакцией на опасные условия работы, давление администрации и юридический надзор или его отсутствие. Эти жалобы связаны с неудовлетворенными потребностями физической безопасности и защиты. Жалобы высшего уровня могут относиться к недостаточному признанию достижений, утрате престижа или отсутствию сплоченности в коллективе — то есть угрозе потребностям принадлежности и уважения.

Метажалобы (metagrumbles) свидетельствуют о фрустрации метапотребностей, таких, как совершенство, справедливость, красота и истина. Этот уровень недовольства является хорошим показателем того, что все остальное в порядке. Когда люди жалуются, к примеру, на неэстетический вид окружающей обстановки, то, вероятно, это означает, что их более основные потребности удовлетворены относительно хорошо.

Маслоу считает, что не следует ожидать, что жалоб не будет, нам лишь надо надеяться на то, что они будут отражать более высокие уровни притязаний. Когда жалобщики недовольны несовершенством общества, отсутствием справедливости и т. д. — это положительный знак. Это значит, что несмотря на высокую степень удовлетворения основных потребностей, люди все же стремятся к дальнейшим улучшениям и росту. Фактически Маслоу наводит на мысль о том, что хорошим показателем просвещенности общества является наличие недовольных (metagrumblers) среди его членов.

«Иметь комитеты... гневное появление в них и жалобы на то, что за розами в парках недостаточно ухаживают... само по себе это замечательно, потому что показывает высокий уровень жизни жалобщиков» (Maslow, 1965, р, 240).

##### Дефицитарная психология и бытийная психология.

Маслоу разделял психологию на два основных вида. Большую часть психологии своего времени Маслоу называл дефицитарной; она занимается поведением человека в сфере удовлетворения основных потребностей. Бытийная психология, наоборот, изучает поведение человека и его переживания на стадии высочайшей осознанности и стремления удовлетворить нужды самоактуализации. С этим видом психологии связаны вершинные переживания. Бытийная психология больше всего подходит для изучения самоактуализирующихся людей.

*Дефицитарная мотивация и бытийная мотивация*

Маслоу отмечал, что большинство психологов обращаются только к дефицитарной мотивации, они сосредоточивают внимание на изучении поведения, целью которого является удовлетворение потребности, которую не удалось до этого удовлетворить. Примером дефицитарной мотивации могут служить голод, боль и страх.

Однако внимательное изучение поведения человека и животных выявило другой вид мотивации. Когда организм не испытывает голода, не чувствует боли и не боится, возникают бытийные мотивации, такие, как любопытство и игривость. Активность, которая возникает в подобных случаях, может закончиться сама по себе, а не служить средством для реализации определенных потребностей. Бытийная мотивация (being motivation) прежде всего связана с получением удовольствия и удовлетворения в настоящее время или с поиском положительной цели (возрастающая мотивация или метамотивация). С другой стороны, из-за чувства неудовлетворенности дефицитарная мотивация (deficiency motivation) порождает потребность, нацеленную на то, чтобы изменить настоящее положение дел.

*Дефицитарное познание и бытийное познание*

При дефицитарном познании (deficiency cognition) предмет рассматривается только как средство удовлетворения какой-то потребности, как конечное средство. Такой тип познания встречается при очень сильных потребностях. По мнению Маслоу (1970), сильные потребности стремятся направить мышление и восприятие по определенному руслу, поэтому индивид осознает из окружения только то, что относится к удовлетворению его потребностей. Голодный стремится увидеть только хлеб, скряга — только деньги.

Бытийное познание (being cognition) — это более точное и эффективное восприятие (осознание) окружающего. Индивиды, чьи основные потребности удовлетворены, вряд ли будут что-то менять в своих представлениях из-за других потребностей или желаний. Бытийное познание не подвержено ни обсуждению, ни сравнению, ни оценке. Основной оценкой является одобрение того, что есть. Стимулы-побудители полностью учитываются, и восприятие кажется богаче, полнее и более законченным.

В состоянии бытийного познания индивид как бы несколько отстранен от того, что он воспринимает. Внешние предметы оцениваются, скорее, как таковые, а не по их отношению к личной заинтересованности. На самом деле индивид стремится сохранить положение созерцателя или же одобрительно относится к тому, что воспринимает, активное вмешательство в происходящее представляется ему неуместным. Одним из преимуществ дефицитарного познания является тот факт, что индивид может чувствовать, что он вынужден предпринять действия, чтобы изменить существующие условия.

«На срезе раковой ткани под микроскопом можно рассмотреть (если при этом забыть, что это рак) прекрасную, захватывающую и внушающую благоговение структуру» (Maslow, 1968, р. 76).

*Дефицитарные ценности и бытийные ценности*

Маслоу не рассматривал подробно дефицитарные ценности, хотя бытийные ценности (being values) он описал детально. Бытийные ценности свойственны каждому индивиду. «Высшие ценности [существуют] в самой человеческой природе, именно там их можно найти. Это находится в резком противоречии со старым и более привычным представлением о том, что высшие ценности могут исходить только от сверхъестественного божества или их можно получить из какого-то другого источника за пределами человеческой природы» (1968, р. 170).

К бытийным ценностям Маслоу относит: истину, доброту, красоту, целостность, дихотомическую трансцендентность, живость, уникальность, совершенство, неизбежность, завершенность, справедливость, простоту, яркость, легкость, игривость и самодостаточность.

*Дефицитарная любовь и бытийная любовь*

Дефицитарная любовь (deficiency love) — это любовь, обращенная к другим, потому что они обусловливают удовлетворение нашей потребности. Чем больше удовлетворяются потребности индивида, тем более усиливается этот тип любви. Такая любовь возникает из-за потребности в самоуважении или сексе, из страха одиночества и т. д.

Бытийная любовь (being love) — это любовь к сущности другого человека, его жизни. Этой любви несвойственно стремление к полному обладанию предметом любви, и она, скорее, связана с тем хорошим, что есть в другом человеке, чем с собственным удовлетворением. Часто при описании бытийной любви Маслоу приводит пример принятого в даосизме невмешательства или принципа «пусть все будет так, как оно есть», одобрения того, что есть, без желания что-то изменять или улучшать. При бытийной любви любовь к природе, например, может выразиться в том, что индивид любуется красотой цветов, наблюдает за их ростом, а затем не срезает, а оставляет их расти в саду. Кто-то под воздействием дефицитарной любви, скорее, соберет цветы и сделает из них букет. К бытийной любви также относится безответная самоотверженная любовь к своему ребенку, которая включает в себя любовь и признание и при которой маленькие недостатки ребенка тоже любят и прощают.

Маслоу убежден, что бытийная любовь богаче, она дает больше удовлетворения и длится дольше, чем дефицитарная любовь. Эта любовь остается всегда новой, тогда как дефицитарная любовь со временем теряет новизну. Бытийная любовь вызывает вершинные переживания, и ее описывают теми же возвышенными словами, какими пользуются при описании глубоких религиозных переживаний.

По Маслоу, бытийная любовь самоотверженна, она ничего не просит взамен. Наградой в такой любви является признание самой сути и красоты предмета любви. В нашей повседневной жизни бытийная и дефицитарная любовь не существуют одна без другой. Мы обычно надеемся получить и получаем что-то в ответ на нашу любовь.

Источник: Фрейджер Р., Фэйдимен Дж. Теории личности и личностный рост.

**ИЕРАРХИЯ ПОТРЕБНОСТЕЙ ПО А. МАСЛОУ**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Самоактуализация** |
| **Потребности роста\***  (бытийные ценности)  (метапотребности) | |  | | --- | | истина  красота  жизненность  индивидуальность  совершенство  необходимость  завершенность  справедливость  порядок  простота  полнота  игра  непринужденность  самодостаточность  осмысленность | | Самоуважение  уважение других | | Любовь и принадлежность | | Безопасность и уверенность | | Физиологические  воздух, вода, пища, жилище, сон, секс | |
| **Базовые потребности**  (дефицитарные потребности) |
|  | **Внешняя среда**  Предпосылки удовлетворения потребностей  Свобода, справедливость, порядок  Вызов (стимуляция) |

\* Потребности роста равнозначны (иерархически не упорядочены)

*Таблица 3*

**Общие метапатологии**

|  |
| --- |
| Отчуждение. |
| Аномия. |
| Ангедония. |
| Потеря вкуса к жизни. |
| Потеря смысла. |
| Неспособность получать наслаждение. Безразличие. |
| Скука, тоска. |
| Жизнь теряет собственную ценность и самооправдание. |
| Экзистенциальный вакуум. |
| Ноогенный невроз. |
| Философский кризис. |
| Апатия, отстраненность, фатализм. |
| Отсутствие ценностей. |
| Десакрализация жизни. |
| Духовные заболевания и кризисы. "Сухость", бесплодие, застой. |
| Аксиологическая депрессия. |
| Желание смерти, сдача на "волю судьбы". Безразличие к собственной смерти. |
| Чувство собственной бесполезности, ненужности, незначимости. Тщетность. |
| Безнадежность, апатия, поражение, прекращение совладания, капитуляция. |
| Чувство полной детерминированности. Беспомощность. Отсутствие ощущения свободы воли. |
| Абсолютное сомнение. Есть ли хоть что-нибудь стоящее? Есть ли что-нибудь значащее? |
| Отчаяние, мука. |
| Безрадостность. |
| Опустошенность. |
| Цинизм, неверие, потеря веры в высшие ценности или упрощенное их толкование. |
| Метажалобы. |
| Бесцельное разрушение, ярость, вандализм. |
| Отчуждение от старших, родителей, авторитета, любого общества. |

*Источник: Маслоу А. Дальнейшие рубежи развития человека*