

# Maslowの「自己実現」概念への問題提起

唐川 千秋

倉敷芸術科学大学生命科学部

(2004年9月24日 受理)

## I. はじめに

近年、さまざまな学術用語が広く一般に知られ、日常会話の中でも使われるようになってきている。特に心理関係の用語は、仕事、家庭、友人関係等あらゆる場面で日々経験する問題に直結することもあって、学術用語本来の意味を離れて不正確、曖昧な意味合いで使用されることも多く見かけられる。本稿で問題とする「自己実現 (self-actualization)」という用語も、2004年9月21日現在、たとえばYahoo!で133,084件、Googleで554,000件がヒットすることから推測できるように、個の尊重が唱えられる今、一種の流行語、現代の世相を示すキーワードともなっている。しかしながらその内容は多岐にわたり、学校教育、音楽や美術の芸術、企業活動、就職情報、自己啓発、宗教、自伝執筆や文芸作品読解等々、一見したところ、どこに共通性があるのかわからない雑多で混沌とした状況となっている。アメリカ心理学会のPsychoInfoを検索しても1,831論文が該当するが、同様に人間生活に関わるほぼすべての領域に及び、また、そこでの根拠としている自己実現概念も多様である。梶川 (1999) が指摘するように、自己実現が魅力的な言葉であるがゆえに人はそれに惹きつけられ、漠然としたある状態を志向するが、それが誤った、あるいは詐欺的な商業主義やカルトにみられるような曲解に基づく情報である場合、自己実現への糸口を与えるどころか、自己崩壊への道になることも起こり得る。それゆえ、自己実現の概念を明確にし、共通了解をはかることが早急の課題であるといえる。

では、きわめて高い信頼性をもつ教科書ではどのような記述がなされているのだろうか。大修館『新高等保健体育』(2002)では、「自己の可能性の発見と青年期」「自分らしさと自己実現」「自己実現と精神の健康」の3節を設けている。一部を抜粋引用すると、「自己実現をする前の自分と、あれこれ迷いながらも努力をして自己実現をした後の自分とをくらべてみると、自己実現した自分には、前の自分をのりこえた、より豊かな精神が形成されていることに気づくことがある。このように、自己実現とは、自分もっている可能性をのばし、自己完成に向かう精神の成長・発達の過程であり、「自分らしさ」をつくる過程でもある。」(P.110)とし、自己のもつ潜在的な可能性を伸長させる“過程”の重要性を強調するとともに、その先に“より豊かな精神”が形成される段階があることを示唆している。青年期中期という発達過程にあり、適性に合った進路選択を迫られている高校生を対象とした記述であることを考慮すれば過程重視であるべきであろうが、その結果としての自己実現をした自己の具体像、あるいは何をもって自己実現したと判断できるのかなどが抽象的でわかりにくいものになっている。

このように、自己実現という用語が普及・日常用語化してきており、人生の究極目標ともとらえられる今、改めてその概念を明確化し、問題点、功罪を明らかにしておく必要がある。本稿では、自己実現概念を最も明確に体系化したマズロー (Maslow, A.) の理論について考察を行ってみたい。

## II. マズローの人格理論

### 理論構築の背景

19世紀末から20世紀中ごろまで、心理学の二大勢力は行動主義と精神分析であった。前者は、内省・内観を排除し観察可能な事象のみを研究対象とし、有機体を刺激を受容して反応を出力する装置としてとらえる機械論的なものである。一方、後者は、人格にみられる神経症的葛藤を衝動体系と抑制体系との対立関係ととらえ、その解消・軽減こそが不適応行動の治療につながると主張するように、悲観的な人間観をもつ。

このような趨勢のなかにあって、人間のより健康で肯定的な側面を強調する「第三勢力」を提唱したのが、A・マズロー、C・ロジャーズ、G・オルポート、E・フロム、C・ビューラーらであり、人間性心理学 (humanistic psychology) と呼ばれる。人間性心理学の特色として畠瀬 (1996) は、(1) 理論的説明や外部から観察可能な行動を重視するよりも、むしろ個人の経験 (主観的世界観、自己認知、自己価値の認識) を中心にすること、(2) 人間を機械論的、還元論的にみるのではなく、人格全体との有機的連関から人間を理解する全体論的な視点をもつこと、(3) 人間を主体的に行動し、自己実現を求め、価値を追及する存在であるととらえ、各個人に固有な潜在的な能力の発展を援助できる実用的探求をめざすこと、を挙げている。

### 欲求階層説

人間性心理学の提唱者であるマズローの人格理論の中心は、人間のもつ諸欲求間の関係を階層的に配列した欲求階層説である。最下層に基礎的な欲求である生理的欲求を、第二層に安全の欲求、順次、所属と愛の欲求、承認 (自尊感情と他者からの尊敬) の欲求、最上層に自己実現の欲求という計5層の欲求を積み重ねる。各欲求の出現については、低次の欲求がある程度充足されることが基礎となって初めて、もう1つ上位の欲求が生じてくるとする (マズロー, 1987; マズロー, 1979)。たとえば、脅威や危険から個体を守ることは、飢餓や渇きといった生理的欲求への希求が意識を占有しているときには関心の対象とならず、生理的欲求がある程度充足されて初めて、より高次の安全の欲求が出現し、それが充足された生理的欲求に代わって優位に立つようになる。

この欲求階層説の意義は、それまでの科学としての心理学を指向する研究の中で扱われてきた欠乏欲求 (生理的欲求から承認の欲求まで) の上位に、それと対立するものとしてではなく、その充足を基盤として成立する、人間がさらに完全な存在になろうとする成長欲求という概念を提唱したことにある。欠乏欲求とは、植物の成長に水や光が必要であるように、人が健康

に成長するためには安全や愛、承認といった外部からのみ得られる欲求の満足が必要であり、これが満たされないと病気や神経症を生じる性質のものである。

これに対して成長欲求とは、欠乏欲求が十分に満足させられた人が生まれながらにもっている「真・善・美」をなしたいという欲求に導かれるまま、内なる真の自己 (real self) の声に耳を傾け、自己の潜在能力を可能な限り開花させ人格内への一致、統合へと向かう絶え間ない傾向をいう (マスロー, 1979)

成長欲求概念のもう1つの特徴は、欲求をポジティブなものとしてとらえようとするところにある。従来、欲求は有機体を生理的・認知的不均衡の状態におきフラストレーションをもたらすものとされてきた。たとえば、学習理論ではハルの動因低減説にみられるように、有機体は満たされていない欲求を解消・軽減させるために目的的行動を起こす。またフロイトは、イドが自我を脅かしかねない場合にはそれを抑圧することによって現実に適応することが可能になるとしている。これに対してマスロー (1979) は欠乏欲求についてさえ、「(a) 欲求に対する過去経験が好ましいもので、(b) 現在ならびに将来に満足が期待されるものであれば、欲求は受け入れられ、楽しむことができるし、またすすんで意識によびおこされるのである」(p.48) と肯定的に評価する。また当然のことながら、成長欲求はポジティブなもので、人はある能力を生まれながらにしてもち、それを具現化させ十分に発揮したいという欲求をもつ。そして、人それぞれがユニークな存在としての自分自身を独自の方法で外部の世界に関係づけること自体が、自分だけがもつ個性の表現でありかけがえのない価値を構成する。つまり、能力は欲求であり、本質的な価値であるとする。

## 自己実現

理想的な人物を研究することによって、われわれが望ましい発達を遂げる上でのモデルを提供することができるという信念のもとにマズロー (1987) は、自己実現を果たした、あるいは非常に高い可能性をもつ有名人や歴史上の人物 (晩年のリンカーン、アインシュタインなど60名) の特性を検討し、以下のような主要な特徴を抽出している。

(1) 自分や他者のみならず、美術や音楽、知的なこと、科学的なこと、政治・社会的問題の中に隠れた混乱した実態を、期待、信念、固定観念を超えてすばやく正確に読み取ることができる。(2) 現実が理想の姿と異なってもはっきりと見つめ、自分に防衛、保護色、見せかけの態度がなく、また、他者のそのような不自然さを嫌う。(3) 行動がかなり自発的で、表面的にはともかく、本質的には因習に囚われない。また、気どりのや何らかの効果を狙って行動することがないので、自然で単純である。(4) 自分自身というよりもむしろ人類、国家、共同体、家族の利益のためになさなければならない何らかの使命、達成すべき任務、自分たち自身のではない課題をもって、多くのエネルギーをそれに注いでいる。(5) 自己決定、自己管理、能動的、責任感があり、外部からの制約から逃れているので、一人でいても孤独や不安を感じない。(6) 欠乏欲求が充足され成長欲求によって動かされているので、欠乏を満たすもの

である物理的・社会的環境から独立して、自分自身の絶え間ない成長のために自分自身の可能性と潜在能力を頼みとする。(7) 人生における基本的な経験の中で繰り返し、新鮮に、純真に、畏敬や喜び、恍惚感やインスピレーションを感じ、そこから強い影響力を得る。(8) 美的認知、創造的瞬間、知的洞察、オルガスム経験、身体運動の成就等、最高の幸福と充実の瞬間に、それ以前よりも力強く、また同時に無力の感じ、偉大なる恍惚感と驚きと畏敬の感じ、時空間を超越した認識が湧き上がってくる。(9) 欠乏欲求に囚われた平均的な人々の思考、衝動、情緒を超越しながらも、人類一般に対して身内意識をいだき、人類を助けようと心から願う。(10) 特別な深い結びつきをもつ少数の人々と融和し、愛し、完全に同一視し、自我の境界を取り去ることができる。(11) 階級や教育程度、政治的信念、あるいは人種とか皮膚の色などに関係なく、自分自身にふさわしい性格の人とは誰とでも尊敬をもって親しくできると同時に、彼らから何かを学ぶことができることを知っている。(12) モーツァルトのような特殊な才能をもつ人の創造性ではなく、心の健康や基本的満足に基づいた人格の天真爛漫な表現としての行為のうちに、物理的・社会的制約下にある平均的な人々から見れば創造的なものが現れる。(13) 文化をまったく拒否するのではなく、主要な関心事でなければ文化的因習であっても譲歩して受け入れるが、内面的には超越しており、危機に際しては敢然と立ち向かう。したがって、文化を承認し、それと同一化するという意味では、よい適応をしているとはいえない。

これら自己実現をした人間の特性を列挙してみると、超人、聖人、あるいは仏教でいう悟りを開いた高僧のようであるが、マズロー自身、自己実現の人間にはこれら諸特性が多くの場合共通して見られると言っているのであって、完全な人間などというものは存在しないと断言している。たとえば、自己実現者は文化や社会規範、束縛を超越しているがゆえに、時として平均的な人々から見て無慈悲になったり、他者の意見に対して攻撃的になることもあるとしている(マズロー, 1987)。

### Ⅲ. マズローの人格理論への評価・問題点

健康な人間の全体性を重視した人間性心理学は、必ずしも厳密な科学的研究法に基づいたものではないので、その理論のとらえどころのなさ、それを支持するデータの質、臨床場面での実用可能性に対する批判が向けられてきた。

#### 自尊と自己実現は非連続か

マズローは、自己実現するために克服しなければならない最上位の欠乏欲求として自尊を置き、自己実現と明確に区別している。土井(1999)は北山忍著『自己と感情』(共立出版, 1997)を例にとり、「文化的自己観を暗黙の前提として、各人が社会生活を通じて「自己とは何か」という意味を能動的に生成しているプロセス」「自己高揚の心理プロセスを獲得することは、欧米文化における自己実現の重要な一部」とする自己実現の定義はアイデンティティ確

立のプロセス、つまりマズローの自己実現の前段階（自尊、承認欲求）であり前提条件であると批判し、自尊と自己実現の混同を戒めている。

マズローが自尊欲求を欠乏欲求に分類するのは、この欲求が阻害されることによって生じる劣等感、無力感等の不快感情を回避するために、承認の供給源への依存が避けられないからである（マズロー、1979；マズロー、1987）。つまり、われわれは自分と類似した特性をもつ他者との比較によって初めて自己の具体的な安定したイメージを描くことができ、また文化・社会が要請される望する諸特性（学力、役割、道徳など）をもつことを他者に認めてもらう必要がある。その際、自分の本性から発する願望、感情、認識などを抑えこんで社会規範に適合するように理想化された擬似自己（pseudo-self）は、適応はしているが真の自己が発する内なる声に応えていないので健康ではないとされる（上田、1999）。

しかし、自己を正しく認識することが良好な精神状態をもたらすのかどうかという問題がある。精神的に良好な状態（well-being）に関するほとんどの理論は、現実と正しく向き合うことが適応へとつながると仮定する。だがその一方で、自尊感情が損なわれた人や鬱病の人の方が、自我関与が強い領域でのネガティブな出来事を環境や他人といった外的要因ではなく内的要因に帰属する傾向が強いし、優越感を維持するために下方比較を行うことも少ないなど、現実をより正しく把握しているという報告（Taylor & Brown, 1988）もある。とすれば、歪曲されたものであったとしてもポジティブな世界像と自己像をもつことが精神的に良好な状態をもたらすともいえる。

自尊感情は、個人が所属している社会・文化で広く認められている基準と比較して認知される完全性や優越感の感情と関連する「とてもよい（very good）」と、自分が設定した価値基準に照らして自分を受容・尊重する「これでよい（good enough）」に分類され、2つは次元上の対極にあるのではなく、一人の人間の中に共存しうる（遠藤、1992）。「これでよい」自尊はある種の現状甘受、成長の停滞であるが、これに加えて、自我防衛機制、自己奉仕バイアス、認知的不協和、自己ハンディキャッピングなどの心的メカニズムはいずれも現実世界を歪曲して認識することによって自尊感情を維持・高揚させる効果をもち、根本的な問題解決につながるものではないが、常態でなければ精神的な良好状態を保つための自然な心のはたらきと考えられている。ここにある共通理解は、(1) 人は自尊感情のレベルを維持・高揚させるように動機づけられており、(2) 自尊感情が高いことは、多くの心理的恩恵と結びついているのでより望ましい、(3) 低い自尊感情を高揚させることは、精神的な健康状態をより良好にし、行動の望ましい変化をもたらす、というものである。

しかし、なぜ自尊心の高い状態だけが望ましいのであろうか。喜び、満足、愛のような肯定的な感情は単に気分がよいから価値があるのではなく、新奇で創造的な考えや行動、社会的絆の発見を促すので、より創造的で、好奇心旺盛で、他者との結びつきが深い存在へと向かわせる機能がある（Barbara, 1998）。一方、望ましくないとされる自尊心の低さについてLeary（1999）は、自尊感情の高低そのものが問題なのではなく、自尊感情は自分自身が社会的に受

容されているかどうかをモニターし調節する過程を含む。したがって低い自尊状態であっても、社会的動物である人間にとって対人関係を維持する方向に行動変容を促す情報価をもつ重要なメカニズムであると主張する。この観点からみると、擬似自己が不健康であるかどうかという問題は残るが、低い自尊感情が必然的に不適応を生じさせるのではなく、高い自尊心と同様にポジティブな意味をもつことになり、少なくとも欠乏欲求とはいえなくなってくる。成長欲求に分類できるのかどうかは問題であるが、自尊感情の位置づけについて改めて検討する必要があるだろう。

### 自己実現は目標か過程か

先に概括した自己実現概念については、これまでもさまざまな批判が行われてきたが、最も大きな問題をはらむのは、自己実現を人生の究極目標としての状態とみなすべきかどうかである。

まず、欠乏欲求が十分に満足されていても自己実現のレベルに到達し得ない多くの人たちがいるという事実がある。マズロー（1987）自身も「私が年配の被験者に見たような種類の自己実現は、我々の社会においては若い、これから伸びようとしている人たちには不可能であると結論しなければならなかった」（p.222）と述べているように、自己実現を果たしたと診断されたのは最も健康な学生の1%にすぎない。ここからは当然、次のような疑問が生じてくる。自己実現が欠乏欲求が満たされ、より高次の欲求に関心を移す自由を得ている人々の観察に基づいた理論構築であるならば、それは若年層にはほとんど無関係に見える中年期以降の、かつ一部の恵まれたエリート層の人生目標でしかないのではないか。そもそもマズローには、植物の種子のなかに将来発現するあらゆる形質的特性がすでにあるように、人が生まれながらにもつ潜在的な能力は遺伝的であるとする発想がある（マズロー、1987；マズロー、1979）。人の本質的な中核が遺伝的であるならば、人は自分の発達の方角性、発達の上限がすでに地図上に描かれているという運命論的諦観をもたざるを得ない。そこには、自己の可能性を追求して、常にさらなる成長をはかろうとする人間の姿は見えてこない。

また、自己実現者を2つのレベルに分類することも、自己実現をわかりにくいものにしていく。マズロー（1987）は、至高経験の有無によって等級差があり、ルーズベルトやアイゼンハワーなど至高経験のない単に健康なだけの自己実現者は実務的で有能で、この世で中程度の生活をし、なんでもそつなくこなす社会生活の改善者、政治家、実業家、改革論者等である。これに対し、シュバイツァー、アインシュタイン、ハックスレーのような至高経験をもつ自己実現者（超越者）とは、「あるがまま」の世界に住み、宇宙における普遍的なものを生き生きと体験する詩人、音楽家、哲学者、宗教家であったりするという。しかしながら、この区分は明確なものではなく、Daniel（1988, 1982）が指摘するように、(1) 自己実現と自己超越は等価、(2) 自我超越は自己実現の次のレベル、(3) 自己実現は自己超越の副次的結果、(4) 超越の有無により2形態の自己実現がある、とする見解のいずれを取るべきか、マズロー自身決めかね

ている。自己を超越し普遍的価値に至ることと、実務的で有能で社会に貢献できることとのあいだには大きなギャップがあり、いずれを究極目標とするかによって人が自己実現へ向けて取るべき指針が異なり、臨床的、教育的にも大きな問題をはらんでいる。

第二に、自己実現は内なる“真の自己”の声に耳を傾けることによって成し遂げられるとする点についてである。Frick (1982) は、潜在可能性、独自性、責任性、自主性といった成長に関する概念が明確にされていないため、これらの語が本来もつはずの、人々が自分の経験を組織立て、自己へさらなる注意を向けていく喚起力が損なわれている。したがって、人が自らの経験を生き生きと表現し、確かに自己実現に向けて進んでいると実感できるように概念的道筋をつけることが必要であるとする。

またGeller (1982) は、人間は生来、善性と完全性という資質をもち、それらが発現する環境条件が整えば全人的に調和のとれた人間的成長、健康、活力へとつながるとする人間観に疑問を投げかける。欠乏欲求が充足された人であってもその多くが疎外感、倦怠、無気力、忍従、絶望を一時的にせよ感じるが、これを機能不全とするマズローに対して、成長欲求段階にある人の本質の発現は内なる声に従う以上、こういった邪悪な状態 (evil) は環境に原因があるのではなく、個人のなかにその根源があるとする。とするならば、善悪が相対立する真の自己の具現化がそのまま調和のとれた統一体に向かうのではなく、精神的健康が保障されないことになる。ただし、疎外感等を一律に望ましくないものにとらえる必要はないだろう。Clore, Schwarz, & Conway (1994) は、感情はわれわれが置かれた状況を評価した結果として生じるのであり、環境やそれに対処するための資源に関するフィードバック情報を提供するものとしてとらえる。肯定的な感情は、単に物事がうまくいっていることを意味するだけで幸せの変形にすぎず、自己中心的信念に従うことを奨励する。それに対し、恐れ、悲しみ、罪悪感、苛立ちといった否定的な気分はわれわれが問題を抱えていることを示しており、新しい情報を優先的に集めさせたりアプローチの仕方をいくらか変えさせることで、問題解決へ向けた計画的思考を引き起こすと主張する。この考えに従うならば、欠乏欲求、成長欲求の両段階で常に邪悪性が優勢であるのでなければ、それを次なる成長の資源とみなすことも可能になり、調和のとれた健康への道が閉ざされてしまうわけではない。

第三に、自己実現者の特徴は西欧およびアメリカの伝統的なキリスト教的価値観の反映であり、多様な価値観やライフスタイルを志向・尊重する現在社会に適用するにはあまりにも狭量で、さまざまな価値観に応じた自己実現の道を示すことが理論・概念の存続に不可欠であるとする指摘がある (Ebersole & DeVore, 1995)。確かに、人種、文化の垣塙といわれるアメリカに限らず日本においても、構造主義やポストモダンの文化相対主義的思考様式が広く根づいており、一律の価値観に縛られることを嫌う傾向があり、単なる用語としての自己実現ではなく、自己実現にともない具現化すべき諸特徴として呈示したとき、どれだけ共感的理解が得られるか疑問である。また同時に、共同社会そのもの及びその意識が崩壊しつつある現代社会において個人の自己達成と自己実現を価値階層の頂点に位置づけるような心理学は、「ありのままの

自分」「自分らしさ」といった自己の興味関心の充足を最優先に考える原子的個人の傾向をますます強め、他者を競争相手をみなすことによる不安定感、猜疑心、不安を助長するという批判が根強い (Geller, 1982; Wallach & Wallach, 1983)。

これに対して Brennan & Piechowski (1991) は、Geller (1982) らの解釈を曲解であると批判し、利己的になるのは競争事態で自分の優越性を得ようとする人であって、真の個人主義とは個人充足をはかると同時に社会からの要求にかなうような寄与ができることであり、これが自己実現者であるとする。この個人と社会の関係性がいかにあるべきかという問題をさらに拡張したのが Daniel (1988) である。彼は、自己実現概念が潜在可能性の具現化、精神的健康、内なる声への傾聴、神秘経験、実存、統合された統一体としての個人、普遍的価値の体現、超越など種々の概念の混成でさまざまな内部矛盾があることは理論構築の立場からは批判されるべきであるが、それでもなお、自己実現概念のもつ楽観的で豊かな生活を確約する機能は重要であると評価する。つまり、自己実現を哲学や科学的記述としての妥当性という観点からとらえるのではなく、豊かな人生を送るための目標として人々を勇気づけるだけの信頼感を備え、同時に社会変革を促しうる“神話”として機能し得る自己実現概念が、人間関係が希薄になり、社会共通の目標がもちにくく、道徳・倫理が意味を失いかけた今こそ必要であると強く主張する。確かに、多様な価値観の尊重が唱えられ、かつそれらがあたかも等価であるかのようにとらえられがちな現代における倫理の必要性・重要性はよく理解できる。ただ問題なのは、マズローの自己実現が個人の所属する社会・文化を超越した普遍的な価値観の存在を主張するところにある。絶対的真理が妥当であるかどうかの判断は文化・社会を構成する個人の了解によらざるを得ないが、その個人の多くは社会的価値基準の制約を受けており、結果として絶対的真理であるかどうかを検証する手続きが存在しないことになる。絶対的真理であるとの確証のないままそれを真理と措定して行動すれば、他者がそれについてどう思うかということを配慮する必要がなく、独り善がりな行動に陥る危険性が常にともなう。

他にも、自己実現は終着点のない成長であり、高度の水準まで成長発達を遂げていたとしても、向上意欲を失い、成長への指向性を欠くとき、自己実現する人間とはいえない (上田, 1994) とすれば、人は常に自己実現に向かって駆り立てられることになり、健康な状態であるとは言いがたいという問題が生じる。Duval & Wicklund (1972) の客体的自覚理論によれば、人は自己に注意が向くと、その場で最も関連性が高く、かつ重要な自己の側面について現実の自己の状態と個人的信念、思想、規範などが内在化した価値規準とを比較して、現実の自分の状態がその規準にかなっているか否かを検討する。その結果、現実自己が規準に達していないと認識されたとき自己卑下、自己批難といった不快な感情を体験し、その状態から逃れるために2つの行動のいずれかを選択する。1つは、規準に合致するように努力する不一致低減、もう1つは、自己への注意を低めるような当面の課題へ注意を転化し、自己に対する負の感情を一時的にせよ回避させる方法であるが、後者の場合、自分自身を価値ある存在ととらえつづけることが困難になり、自暴自棄的になることもあるだろう。



こうしてみると、自己実現を状態としての究極目標ととらえるよりもむしろ、過程ととらえる方がはるかに実用的である。なぜならば、人格が極めて未熟であっても、あるいは何らかのハンディキャップをもっていても、自己の潜在的な能力を開花させる方向に一步でも進んでいれば自己実現へ向かっているとして自分自身に対するポジティブな評価につながるし、また自己実現者に見られる特徴がどの程度マズロー理論に特有な価値体系の反映にすぎないのかという理論上の問題を回避することも可能となる。

自己実現を過程とみなす試みとして、たとえば自己実現傾向を唱えたロジャーズの流れを汲むLeclerc, Lefrançois, Dubé, Hébert, & Gaulin (1998)の研究がある。彼らは臨床的にみて自己実現しつつあると判断できる基準について検討し、「自分の感情に気づいている」など“経験に開かれている”、「自分の人生に責任があると考えている」などの“自己参照”の観点から36指標が有効であると報告している。これは、“潜在的可能性 (potentiality)”、“独自性 (uniqueness)”、“自主性 (autonomy)”というとらえどころのない概念を含まない平易なものであり、自己実現しつつあるかどうかの診断指標としては確かに有効であろう。ただし、自己実現過程を重視すれば必然的に、量的・質的变化についての評価をとまってくるはずであるが、それらに関する検討はなされていない。

さまざまな発達段階理論にみられるように、人は量的・質的变化を遂げながら成長する。したがって、学童期には学童期なりの、青年期や成人期にもそれなりの、それぞれの自己実現過程があることを前提としたモデルが、臨床的にも教育的にも必要であると思われる。ラフスケッチとして、たとえばマズローの欲求階層説とハヴィガーストの発達課題を融合してみると、対人関係に関して、幼児期には「両親や兄弟姉妹や他人と情緒的に結びつくこと」、児童期で「同年齢の友だちと仲良くすること」、青年期で「同年齢の男女との洗練された新しい交際を学ぶこと」「両親や他の大人から情緒的に独立すること」が発達課題であるが、各段階に安全、所属、愛、承認、自尊の欲求が深く結びついている。とするならば、発達段階ごとに欲求階層があり、その中で1つずつ上の欲求レベルに向かって前進すると同時に、次の段階への準備を行っていることを自己実現と考える“多層欲求階層”のようなモデルをイメージすることができる。哲学的で深遠な“超越”を何らかのかたちでこの中に含むことができるかなど大きな問題は残るが、この方向でモデルを検討すべき価値はあると思われる。

#### 引用文献

- Brennan, T., & Piechowski, M. M. 1991 A developmental framework for self-actualization: Evidence from case studies. *Journal of Humanistic Psychology*, 31, 43-64.
- Clore, G. L., Schwarz, N., & Conway, M. 1994 Cognitive causes and consequences of emotion. In R. S. Wyer & T. K. Srull (Eds.), *Handbook of social cognition* (2nd ed.) (323-417) Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Daniel, M. 1982 The development of the concept of self-actualization in the writing of Abraham Maslow. *Current Psychological reviews*, 2, 61-76.
- Daniel, M. 1988 The myth of a self-actualization. *Journal of Humanistic Psychology*, 28, 7-38.
- 土井敏彦 1999「自己実現」の文化心理的考察 人間主義心理学会(編)人間の本质と自己実現 川島書店

- 21-37.
- Duval, S., & Wicklund, R. A. 1972 *A theory of objective self awareness*. New York: Academic Press.
- Ebersole, P., & Devore., G. 1995 Self-actualization, diversity, and meaning in life. *Journal of Social Behavior and Personality*, **10**, 37-51.
- 遠藤由美 1992 個性化された評価基準からの自尊感情再考 遠藤辰雄・井上祥治・蘭千壽 (編) セルフ・エスティームの心理学——自己価値の探求 ナカニシヤ出版 57-70.
- Fredrickson, B. L. F. 1998 What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, **2**, 300-319.
- Frick, W. B. 1982 Conceptual foundations of self-actualization: A contribution to motivation theory. *Journal of Humanistic Psychology*, **22**, 33-52.
- Geller, L. 1982 The failure of self-actualization theory: A critique of Carl Rogers and Abraham Maslow. *Journal of Humanistic Psychology*, **22**, 56-73.
- 畠瀬稔 1996 人間性心理学を求めて 畠瀬稔 (編) 人間性心理学とは何か 大日本図書 12-56.
- 梶川裕司 1999 わが国における「自己実現」の受容の限界 人間主義心理学会 (編) 人間の本質と自己実現 川島書店 87-103.
- Leary, M. R. 1999 The social and psychological importance of self-esteem. In R. M. Kowalski & M. R. Leary (Eds.), *The social psychology of emotional and behavioral problems: Interfaces of social and clinical psychology* (197-221). Washington, DC: American Psychological Association.
- Leclerc, G., Lefrançois, R., Dub c M., Hébert, R., & Gaulin, P. 1998 The self-actualization concept: A content validation. *Journal of Social Behavior and Personality*, **13**, 69-84.
- マズロー.A.H. 上田吉一 (訳) 1979 完全なる人間——魂のめざすもの (新装版) 誠信書房 (Maslow, A. H. 1962 *Toward a psychology of being*. New York : D. Van Nostrand Co. Inc.)
- マズロー.A.H. 小川忠彦 (訳) 1987 人間性の心理学——モチベーションとパーソナリティ (改訂新版) 産能大学出版部 (Maslow, A. H. 1970 *Motivation and Personality*. (Second ed.) New York : Harper & Row.)
- Taylor, S., & Brown, J. D. 1988 Illusion and well-being : A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, **103**, 193-210.
- 上田吉一 1994 自己実現の達成 大日本図書
- 上田吉一 1999 自己実現における健康概念と適応概念 人間主義心理学会 (編) 人間の本質と自己実現 川島書店 104-122.
- 宇土正彦・松田岩男他 2002 新高等保健体育 大修館書
- Wallach, M. A., & Wallach, L. 1983 *Psychology's sanction for selfishness*. San Francisco: Freeman.

## Some problems in Maslow's theory of self-actualization

Chiaki KARAKAWA

*College of Life Science*

*Kurashiki University of Science and the Arts,*

*2640 Nishinoura, Tsurajima-cho, Kurashiki-shi, Okayama 712-8505, Japan*

(Received September 24, 2004)

Abraham Maslow's concept of self-actualization has become popular in Japan as well as in Caucasian Western Europe and America, and is taught both as a part of common wisdom and as means of an instrument for fully developing their potentiality. It is clear however that there is still elusiveness and vagueness what the concept really means. This article intends to clarify and modify it so as to meet with modern society, in which people tend to conceive that various social norms are out-of-date and restrict their diverse ways of life. The state conception of self-actualization drives individuals to the endless quest of self-fulfilling and might lead to a state of permanent dissatisfaction. By contrast, the process conception of self-actualization which regards going upstairs as self-actualizing tendency in any levels of self-fulfilling is applicable to the young, handicapped or non-gifted and allows them to positively evaluate themselves. It is therefore proposed that revision of Maslow's hierarchy of needs such as so called "multistage hierarchy of needs" is necessary for accessing the depth of self-actualizing tendency according to individuals' developmental stage.