

# 马斯洛的需要层次理论

亚伯拉罕·马斯洛



道德，  
创造力，自觉性，  
问题解决能力，  
公正度，接受现实能力

## 自我实现

自我尊重，信心，成就，对他  
人尊重，被他人尊重

## 尊重

友情，爱情，  
性亲密

## 爱和归属感

人身安全，健康保障，资源、财产所有性，  
道德保障，工作职位保障，家庭安全

## 安全需要

呼吸，食物，水，性，睡眠，  
体内平衡，排泄

## 生理需要

亚伯拉罕·哈罗德·马斯洛 (1908.4.1—1970.6.8)  
美国社会心理学家、比较心理学家，人本主义心理学  
的主要创建者之一。1954年他首次提出人本主义  
心理学的概念，他的人本主义心理学思想，主要  
载于他1954年出版的《动机与个性》一书。

自我实现 一个人充分发挥潜能  
的动力。正如马斯洛的需求层次  
理论所阐述的那样，在实现自  
我实现之前，必须满足一个  
人的基本需求。