

TEORÍA DE LA MOTIVACIÓN. NECESIDADES BÁSICAS

Maslow parte de la idea de que el hombre tiene una serie de necesidades básicas y metanecesidades que motivan sus comportamientos y por tanto, según las que prevalezcan, así será la conducta, valores y realización de la persona.

Maslow creó su teoría de la motivación diferenciando siete necesidades ordenadas en una pirámide, colocando las necesidades más básicas o simples en la base de la pirámide y las más relevantes o fundamentales en el ápice; a medida que las necesidades van siendo satisfechas o logradas surgen otras de un nivel superior o mejor. En la cúspide se encuentra la "autorrealización" que es un nivel de plena felicidad o armonía.

La Pirámide de Maslow



1.- Necesidades fisiológicas: necesidades para mantener la *homeostasis* (tendencia de un organismo a mantener una estabilidad interna o equilibrio orgánico) como la necesidad de respirar, de alimentarse, de beber, de dormir, de tener un refugio para cobijarse o liberar desechos corporales. Estas necesidades son las más imperiosas, y si no son satisfechas, dominarán toda nuestra conducta.

2.- Necesidades de seguridad física y psicológica: necesidad de apoyo y protección, de contar con un ambiente ordenado y justo, ausente de peligros físicos y psicológicos; necesidad de empleo, de ingresos y recursos.

3.- Necesidad de pertenencia y afecto: están relacionadas con el desarrollo afectivo del individuo. Son las necesidades de asociación, participación y aceptación, como la pertenencia a un grupo social, la familia, los amigos o formalmente en las organizaciones. Y la necesidad de afecto dentro de esos grupos, de amistad y de amor.

4.- Necesidad de autoestima y reconocimiento: necesitamos tener una imagen positiva de nosotros mismos basada en la aprobación y el reconocimiento por parte de los demás en términos de respeto, estatus, prestigio, poder, etc. Con ella conseguiremos sentimientos de confianza en nosotros mismos, de dignidad, de fuerza, de competencia, de capacidad y autoestima.

5.- Necesidad de logro intelectual: las personas tenemos curiosidad innata, necesidad de conocer y comprender el mundo, y sentimos atracción por lo misterioso y desconocido. Esta necesidad no se presenta igual en todos, pero para sentirla y desarrollarla es necesario tener cubiertas las necesidades fisiológicas, las de seguridad, afecto y una buena autoestima.

6.- Necesidad de apreciación estética: consiste en la búsqueda del orden y la belleza. En muchas personas existe una necesidad estética que se pone de manifiesto en un impulso hacia el orden, la simetría, la terminación de las cosas emprendidas y la búsqueda de la belleza.

7.- Necesidad de autorrealización: llegar a ser lo que se es capaz de ser. Es la cima de las necesidades de los seres humanos. Hacer aquello para lo que la persona se siente dotada y desarrollar su potencial en una actividad, lo cual le hace sentir contento y satisfecho cuando tiene la oportunidad de desplegar esas posibilidades dentro de su vida familiar, escolar o profesional. No es fácil la autorrealización en las personas jóvenes; para ello es preciso que hayan alcanzado su identidad personal y un sistema estable de valores.

Las necesidades más elevadas surgen en la medida en que las más bajas van siendo satisfechas. Pueden ser concomitantes pero las básicas predominarán sobre las superiores.

Todas las necesidades de los primeros 4 niveles, las fisiológicas, las de seguridad, afecto y autoestima, dominan la conducta de las personas cuando no están satisfechas, y desaparecen en cuanto sí lo están.

En cambio las necesidades de logro intelectual, de apreciación estética, y de autorrealización crecen a medida que se satisfacen. Cuanto mayores son los logros de una persona en un área del saber, más motivada se encuentra para seguir aprendiendo más.

Maslow nos explica que muchas personas, al cubrir sólo las necesidades inferiores, de supervivencia y afecto, no se realizan plenamente, y de ahí derivan todo tipo de problemas que resume en la palabra *enfermedad*, puesto que para Maslow la salud es pleno desarrollo personal, y la enfermedad, desequilibrio o déficit en el mismo.

Maslow afirma que no sólo necesitamos vitaminas y minerales para nuestra salud, sino que otros aspectos del hombre necesitan sus vitaminas para su desarrollo pleno, como la vivencia y práctica de valores éticos que actualicen y desarrollen nuestra naturaleza interior, cultivándola. Eso sí, considera que se requiere disciplina para revelar o actualizar nuestra naturaleza interior. En todo este proceso no descarta circunstancias difíciles, frustraciones, privaciones, dolor, que harán aflorar fuerzas dormidas, o sencillamente seguridad y fuerza interior si las resolvemos y enfrentamos con valor. Quien no ha resistido o superado la adversidad sigue dudando de su propia capacidad de hacerlo, nos dice.

Además de una buena alimentación para el cuerpo físico y una vida afectiva sana para nuestra psique, necesitamos darle medios de expresión a nuestra naturaleza superior para que actúe como principio rector de nuestra vida. Si se niega o intenta abolir este núcleo esencial, la persona enfermará. Para el autor la enfermedad no sólo es física, sino psicológica, mental.

Maslow afirma que la carencia de valores humanos como guías y motivadores de la conducta da como resultado *enfermedades o metapatologías*. Ejemplo de algunas de ellas sería la pérdida del entusiasmo por la vida, el sin sentido, el aborrecimiento, la indiferencia, la apatía, el fatalismo, el vacío existencial, la aridez, la ineficacia, sensación de ser inútil, la desesperación, las dudas fundamentales, la angustia, el cinismo, la destructividad, etc.

En nuestra sociedad actual es muy frecuente que tengamos satisfechas las necesidades fisiológicas y de seguridad, pero no las de afecto, ni que tengamos un buen nivel de autoestima. Trabajando en el desarrollo de mejores relaciones humanas, utilizando las habilidades de la inteligencia emocional, podremos satisfacer esos dos peldaños que son imprescindibles para seguir progresando en nuestra realización como seres humanos.