



Η Πυραμίδα των Αναγκών του Maslow

Ποιος ήταν ο Maslow;

Abraham Maslow (1908-1970) Αμερικάνος ψυχολόγος ο οποίος γεννήθηκε και μεγάλωσε στο Μπρούκλιν της Νέας Υόρκης στις 1 Απριλίου 1908, και πέθανε στις 8 Ιουνίου 1970 .

Ο Maslow ήταν εκείνος που σύστησε για πρώτη φορά την έννοια της ιεράρχησης των ανθρωπίνων αναγκών σε μια ερευνητική εργασία που δημοσιεύτηκε το 1943 με τίτλο «A Theory of Human Motivation», καθώς και του βιβλίου «Motivation and Personality» που ακολούθησε. Η συγκεκριμένη ιεράρχηση υποστηρίζει ότι υπάρχουν πέντε επίπεδα αναγκών, από τα οποία εξαρτάται όλη σχεδόν η συμπεριφορά μας

Τα 5 Επίπεδα

1. Φυσιολογικές ανάγκες

2. Ανάγκες ασφάλειας

3. Ανάγκες αγάπης & ανήκειν

4. Εκτίμηση

5. Αυτοπραγμάτωση

Παράδειγμα στην υγεία

Ασθενής και ιεράρχηση αναγκών:

Φυσιολογικές ανάγκες:
➤ Τροφή, νερό, ύπνος, οξυγόνο, ανακούφιση από τον πόνο.

Ανάγκες ασφάλειας:
➤ Αίσθημα ασφάλειας στο νοσοκομείο, καθαρό περιβάλλον, σωστή φαρμακευτική αγωγή.

Ανάγκες αγάπης & ανήκειν:
➤ Υποστήριξη από οικογένεια, φροντίδα από το προσωπικό, ενσυναίσθηση.

Ανάγκες εκτίμησης:
➤ Σεβασμός από τους επαγγελματίες υγείας, ενθάρρυνση, αναγνώριση της προσπάθειάς του.

Ανάγκες αυτοπραγμάτωσης:
➤ Επαναφορά στην καθημερινή ζωή, επίτευξη προσωπικών στόχων, αίσθηση αυτονομίας.

1. Φυσιολογικές ανάγκες

- ▶ Αφορούν τις βασικές βιολογικές ανάγκες για επιβίωση.
Για τα παιδιά προσχολικής ηλικίας περιλαμβάνουν:
- ▶ Επαρκή τροφή και νερό.
- ▶ Ύπνο και ξεκούραση.
- ▶ Κατάλληλη θερμοκρασία και ρουχισμό.
- ▶ Υγιεινή και καθαριότητα.
- ▶ Άσκηση και κίνηση (μέσα από το παιχνίδι).

Αν αυτές οι ανάγκες δεν ικανοποιηθούν, το παιδί μπορεί να εμφανίσει ευερεθιστότητα, κόπωση ή αδυναμία συγκέντρωσης στο παιχνίδι ή στη μάθηση.

Παράδειγμα σε παιδιά προσχολικής ηλικίας

2. Ανάγκες για ασφάλεια

Αφορούν την ανάγκη για σταθερότητα, προβλεψιμότητα και προστασία.
Στα παιδιά προσχολικής ηλικίας σημαίνει:

Αίσθηση ότι είναι προστατευμένα από κινδύνους.

Σταθερό καθημερινό πρόγραμμα (ρουτίνα).

Συναισθηματική ασφάλεια στο σπίτι και στο νηπιαγωγείο.

Σχέση εμπιστοσύνης με τους ενήλικες (γονείς, εκπαιδευτικούς).

Όταν το παιδί νιώθει ασφαλές, εξερευνά, παίζει και μαθαίνει πιο εύκολα.

3. Ανάγκες για αγάπη και αποδοχή (κοινωνικές ανάγκες)

- ▶ Το παιδί χρειάζεται σχέσεις αγάπης, φροντίδας και ανήκειν.

Αυτό εκδηλώνεται ως:

- ▶ Αγάπη και αποδοχή από την οικογένεια.
- ▶ Θετικές σχέσεις με τους εκπαιδευτικούς.
- ▶ Φιλία και συνεργασία με άλλα παιδιά.
- ▶ Ανάγκη να νιώθει ότι ανήκει σε μια ομάδα (τάξη, οικογένεια).

Η έλλειψη αγάπης ή αποδοχής μπορεί να οδηγήσει σε ανασφάλεια ή απομόνωση.

4. Ανάγκες για εκτίμηση (αυτοεκτίμηση και αναγνώριση)

Το παιδί θέλει να νιώθει ικανό και σημαντικό.

Για τα παιδιά προσχολικής ηλικίας αυτό σημαίνει:

Ενθάρρυνση όταν προσπαθούν.

Αναγνώριση της προσπάθειάς τους (όχι μόνο του αποτελέσματος).

Ευκαιρίες να κάνουν πράγματα μόνα τους (αυτονομία).

Επιβράβευση και θετική ανατροφοδότηση.

Όταν ενισχύεται η αυτοεκτίμηση, το παιδί αποκτά αυτοπεποίθηση και διάθεση για μάθηση.

5. Ανάγκες αυτοπραγμάτωσης

Αφορούν την ανάπτυξη των **δυνατοτήτων** και **ταλέντων** του παιδιού.

Στην προσχολική ηλικία εκδηλώνεται μέσω:

Δημιουργικού παιχνιδιού (ζωγραφική, μουσική, φανταστικό παιχνίδι).

Εξερεύνησης και περιέργειας για τον κόσμο.

Ανάληψης πρωτοβουλιών και πειραματισμού.

Ενθάρρυνσης να εκφράζεται ελεύθερα και να μαθαίνει μέσα από εμπειρίες.

Το παιδί αισθάνεται πληρότητα και χαρά όταν μπορεί να εκφράσει τον εαυτό του.

Εφαρμογή στην καθημερινή ζωή



Ανακεφαλαίωση

Οι ανάγκες είναι
ιεραρχημένες.

Όλοι δικαιούμαστε
αυτοπραγμάτωση.

Συζήτηση



Ποιο επίπεδο είναι πιο
δύσκολο σήμερα;



Πώς το επάγγελμά μας βοηθά
στην κάλυψη αναγκών;