

# **PSIHOLOGIE - PSIHOTERAPIE**

Colecție coordonată de  
**Simona Reghintovschi**



ABRAHAM H. MASLOW

# Motivație și personalitate

Traducere din limba engleză de  
Andreea Răsuceanu



Editori:  
SILVIU DRAGOMIR  
VASILE DEM. ZAMFIRESCU

Director editorial:  
MAGDALENA MĂRCULESCU

Coperta colecției:  
FABER STUDIO (Magda Radu)

Redactor:  
ANACAONA MÎNDRILĂ

Dtp:  
MARIAN CONSTANTIN

Corectură:  
ELENA BIȚU

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**  
**MASLOW, ABRAHAM**

**Motivație și personalitate** / Abraham H. Maslow ;  
trad.: Andreea Răsuceanu. - Ed. a 3-a. - București : Editura  
Trei, 2013

Bibliogr.  
ISBN 978-973-707-905-3

I. Răsuceanu, Andreea (trad.)  
159.923

Această carte a fost tradusă după:  
Motivation and Personality, third edition,  
by Abraham H. Maslow, cu Robert D. Frager (Editor) și James Fadiman (Editor).  
Publicată de Pearson Education INC., Addison Wesley Longman, USA, 1987

Copyright © 1954, 1987 by Addison-Wesley Educational Publishers Inc.  
Copyright © 1970 by Abraham H. Maslow

Copyright © Editura Trei, 2007, 2013,  
pentru ediția în limba română

C.P. 27-0490, București  
Tel.: +4 021 300 60 90  
e-mail: comenzi@edituratrei.ro  
www.edituratrei.ro

ISBN 978-973-707-905-3

# Cuprins

11	<b>Prefață la ediția a treia</b>
20	<b>Mulțumiri</b>
21	<b>Prefață la ediția a doua</b>
51	<b>Influența lui Abraham Maslow</b>
51	Introducere
52	Influența lui Maslow
56	O scurtă biografie
65	Referințe bibliografice
67	<b>PARTEA ÎNTÂI: TEORIA MOTIVAȚIEI</b>
69	<b>Prefață la teoria motivației</b>
69	Abordarea de tip holistic
70	O paradigmă pentru stările motivaționale
72	Mijloace și scopuri
73	Motivația inconștientă
74	Aspectul comun al dorințelor omenești
75	Motivații multiple
76	Stările motivaționale
77	Satisfacerea generează noi motivații
78	Imposibilitatea de a inventaria impulsurile
80	Clasificarea motivației în funcție de obiectivele fundamentale
81	Lipsa de adecvare a datelor obținute din studierea animalelor
83	Mediul
84	Acțiunea integrată
86	Comportamentele nemotivate
87	Posibilitatea de a obține

6	87	Realitatea și inconștientul
	90	Motivația celor mai înalte capacități ale omului
	91	<b>O teorie asupra motivației umane</b>
	91	Ierarhia trebuințelor primare
	106	Trebuințele cognitive primare
	111	Caracteristicile trebuințelor primare
	123	<b>Gratificarea trebuințelor primare</b>
	124	Consecințe ale satisfacerii unei trebuințe primare
	127	Învățarea și gratificarea
	130	Gratificarea și formarea caracterului
	135	Gratificarea și sănătatea
	137	Gratificarea și patologia
	139	Implicații ale teoriei gratificării
	143	Influența gratificării
	149	<b>O reexaminare a teoriei instinctelor</b>
	149	Importanța reexaminării
	151	O critică la adresa teoriei tradiționale a instinctelor
	161	Trebuințele primare în teoria instinctelor
	167	<b>Ierarhia trebuințelor</b>
	168	Diferențe între trebuințele superioare și cele inferioare
	173	Consecințe ale unei ierarhii a trebuințelor
	179	<b>Comportamentul nemotivat</b>
	182	Confruntare cu situațiile versus exprimare
	193	Comportamentele expresive
	199	<b>PARTEA A DOUA: PSIROPATOLOGIE ȘI NORMALITATE</b>
	201	<b>Rădăcinile patologiei</b>
	201	Privare și amenințare
	205	Conflict și amenințare
	207	Definirea individualizată a amenințării
	208	Trauma și boala ca amenințare

210	Inhibarea actualizării sinelui ca amenințare
211	Sursa patologiei
213	<b>Este distructivitatea instinctivă?</b>
214	Animalele
219	Copiii
223	Antropologia
224	Experiența clinică
225	Endocrinologia și genetica
226	Considerații teoretice
229	Distructivitatea: instinctivă sau dobândită?
232	<b>Psihoterapia ca relație interumană bună</b>
236	Psihoterapia și gratificarea trebuințelor
242	Relațiile interpersonale bune
255	Societatea bună
261	Psihoterapia profesionistă
267	<b>Concepții despre normalitate și sănătate</b>
269	Concepte standard
272	Concepte noi
275	Ce putem deveni
279	Natura umană intrinsecă
281	Diferențierea intrinsecului de accidental
283	Condiții necesare pentru starea de sănătate
285	Mediu și personalitate
286	Utopia psihologică
288	Natura normalității
291	<b>PARTEA A TREIA: ACTUALIZAREA SINELUI</b>
293	<b>Oameni aflați în procesul de actualizare a sinelui: un studiu asupra sănătății psihice</b>
294	Studiul
299	Observațiile

8	341	<b>Iubirea la oamenii aflați în procesul actualizării sinelui</b>
	342	Deschiderea
	343	A iubi și a fi iubit
	344	Sexualitatea
	347	Transcenderea eului
	348	Distrația și veselia
	348	Respectul față de ceilalți
	349	Dragostea ca recompensă în sine
	351	Iubirea altruistă
	353	Detășarea și individualitatea
	355	Creativitatea la oamenii aflați în procesul actualizării sinelui
	355	Preconcepții
	357	Modele noi
	358	Creativitatea ca expresie a actualizării sinelui
	361	Rezolvarea contradicțiilor
	363	Absența fricii
	364	Experiențele de vârf
	367	Niveluri ale creativității
	371	Creativitatea și actualizarea sinelui
	373	<b>PARTEA A PATRA: METODOLOGII PENTRU O ȘTIINȚĂ A OMULUI</b>
	375	<b>Întrebări pentru o nouă psihologie</b>
	376	Învățarea
	377	Percepția
	378	Trăirile afective
	380	Motivația
	382	Inteligența
	382	Cogniție și gândire
	384	Psihologia clinică

386	Psihologia animală
388	Psihologia socială
392	Personalitatea
395	<b>O abordare psihologică a științei</b>
396	Studierea omului de știință
396	Știință și valori umane
397	Înțelegerea valorilor
398	Legi umane și naturale
399	Sociologia științei
400	Abordări diferite ale realității
403	Sănătatea psihică
404	<b>Centrarea pe mijloace versus centrarea pe problemă</b>
404	Exagerarea importanței aspectului tehnic
409	Centrarea pe mijloace și ortodoxia științifică
415	<b>Stereotipizare versus cogniție autentică</b>
417	Atenția
422	Percepția
425	Învățarea
433	Gândirea
441	Limbajul
443	Teoria
446	<b>O abordare holistică a psihologiei</b>
446	Abordarea holistic-dinamică
457	Conceptul de sindrom al personalității
465	Caracteristici ale sindroamelor personalității
469	Restabilirea după perturbare
476	Studierea sindromului personalității
484	Nivelul și calitatea sindroamelor personalității
486	Sindroamele personalității și comportamentul
489	Exprimarea logică și matematică a unităților elementare ale sindromului
496	Referințe bibliografice

10	504	<b>Bogata recoltă a lui Abraham Maslow</b>
	504	Introducere
	509	Psihologia umanistă
	514	Psihologia transpersonală
	519	Educația: valori umaniste și noi modalități de învățare
	525	Impactul lui Maslow asupra muncii și managementului
	529	Sănătatea și persoana întreagă
	532	Teoria motivației, a actualizării sinelui și psihologia femeii
	534	Societatea sinergică
	540	Perenitatea recoltei lui Maslow
	541	O trecere în revistă a lucrărilor în care a fost citată <i>Motivație și personalitate</i>
	543	Bibliografie și lecturi selective
	554	<b>Bibliografia scrierilor lui Abraham Maslow</b>

# Prefață la ediția a treia

*Motivație și personalitate* reprezintă consemnarea originală a activității desfășurate de unul dintre cei mai creativi psihologi ai secolului al XX-lea. Ea a devenit o lucrare de referință pentru orice om preocupat de teoriile lui Abraham H. Maslow, fapt dovedit de interesul crescând manifestat de autori care semnează în cele mai importante reviste de psihologie, educație, afaceri, studii sociale și din alte domenii. Deși prima ediție a acestei cărți a fost publicată în 1954, iar a doua în 1970, influența sa a continuat să crească odată cu trecerea timpului. Din 1971 până în 1976, *Motivație și personalitate* a fost citată ca material bibliografic de 489 de ori, deci de peste 97 de ori pe an. Din 1976 până în 1980, la peste 20 de ani de la prima ediție, numărul trimiterilor bibliografice a crescut la 791, aceasta însemnând în medie 198 de trimiteri pe an.

Prezenta ediție, a treia, a fost revizuită în scopul de a scoate în evidență gândirea creativă a lui Maslow și de a-i sublinia conceptele sale deosebit de influente. În privința textului în sine, am schimbat ordinea capitolelor, am adăugat titluri și subtitluri noi într-unul dintre ele și am eliminat câteva secțiuni din materialul datat. Capitolul 13 este nou adăugat cărții. Acesta cuprinde o conferință a lui Maslow din anul 1958 la Universitatea de stat Michigan. În speranța de a-i oferi cititorului o mai bună perspectivă asupra contextului istoric și intelectual al cărții, am mai adăugat câteva elemente: o scurtă biografie a lui Maslow, o postfață despre efectele vaste ale viziunii lui Maslow asupra vieții

12 contemporane, introduceri la capitole, un studiu asupra trimiterilor bibliografice și o bibliografie completă a operei sale.

Această ediție are patru secțiuni principale: 1. Teoria motivației, 2. Psihopatologie și normalitate, 3. Actualizarea sinelui și 4. Metodologii pentru o știință umană.

Capitolul 1, „Prefață la teoria motivației”, conține o critică din perspectiva umanistă la adresa teoriilor comportamentale tradiționale ale motivației. Maslow enumeră sistematic limitele teoriei tradiționale a motivației. El subliniază nevoia de a lua în considerare persoana întregă, efectele culturii, mediului, motivația multiplă, comportamentul nemotivat, motivația sănătoasă. Pe scurt, Maslow pune temeliile principale ale teoriei motivației.

Capitolul 2, „O teorie asupra motivației umane”, cuprinde prezentarea clasică a ierarhiei trebuințelor. Maslow oferă o îmbinare scilicet și elegantă a psihologiei comportamentale, a celei freudiene și a celei umaniste. Ierarhia trebuințelor a devenit o paradigmă larg folosită în afaceri, publicitate și alte domenii aplicative ale psihologiei.

Maslow susține că toate trebuințele umane pot fi aranjate într-o ierarhie, începând cu trebuințele fizice — de aer, hrană și apă. Apoi urmează alte patru niveluri, ale trebuințelor psihice — de securitate, dragoste, respect și actualizare a sinelui. În viziunea sa, trebuințele superioare sunt reale și fac parte integrantă din natura noastră umană în aceeași măsură cu nevoia de hrană. Maslow evită simplificările excesive ale poziției comportamentale și ale celei freudiene.

În capitolul 3, „Gratificarea trebuințelor primare”, Maslow explorează unele dintre implicațiile ierarhiei trebuințelor. El vorbește despre gratificarea trebuințelor, despre consecințele sale,

despre relația sa cu învățarea, formarea caracterului, sănătatea psihică, patologia și o varietate de alte fenomene.

Maslow reanalizează teoria clasică a instinctelor în capitolul 4, „O reexaminare a teoriei instinctelor“. Această teorie aplică conceptul biologic de instinct la comportamentul uman. Instinctiviștii caută originea tuturor manifestărilor comportamentale în instinctele moștenite, spre deosebire de comportamentaliști, care explică toate comportamentele prin prisma învățării.

În acest capitol, Maslow alcătuiește un rezumat al problemelor majore ale abordării instinctiviste. El susține că orice analiză atentă a comportamentului uman va dezvălui o combinație de efecte ale eredității și ale mediului. Maslow spune că trebuințele umane au într-adevăr o componentă instinctuală, dar că aceasta este destul de slabă în general. Oamenii normali, sănătoși nu sunt dominați de trebuințele lor instinctuale, nici nu sunt profund frustrați dacă unele dintre ele rămân neîmplinite.

Freud afirma că cerințele Eului și ale culturii noastre sunt inevitabil în conflict cu cele mai profunde instincte ale noastre, în esență egoiste. Maslow nu este de acord cu aceasta. Contraargumentul său este că suntem în esență buni și cooperanți, că ne putem găsi împlinirea cu ajutorul culturii, în loc să fim frustrați de ea.

În capitolul 5, „Ierarhia trebuințelor“, Maslow ia în discuție diferențele dintre trebuințele superioare și cele inferioare din cadrul ierarhiei. El afirmă că cele superioare au apărut mai târziu în cursul evoluției și, de asemenea, că apar mai târziu în fiecare individ. Trebuințele superioare sunt mai puțin presante și pot fi amânate mai multă vreme. Satisfacerea trebuințelor superioare îl face pe om mai fericit și conduce la o mai bună dezvoltare personală. De asemenea, ea necesită un mediu extern mai bun.

Apoi Maslow explorează unele dintre implicațiile acestei ierarhii. Ea reprezintă o modalitate de a face dreptate bogăției și complexității funcțiilor superioare ale omului și, în același timp, de a plasa comportamentul uman pe același continuum cu motivația și comportamentul tuturor organismelor. Maslow conturează și implicațiile modelului pentru filosofie, valori, psihoterapie, cultură și teologie.

În capitolul 6, „Comportamentul nemotivat”, Maslow lărgeste gama preocupărilor psihologiei tradiționale, pentru a cuprinde și comportamentul expresiv și artistic. Psihologii comportamentaliști de astăzi tind să ignore tot ce nu înseamnă comportament învățat, motivat. Maslow demonstrează că nu toate tipurile de comportament sunt motivate sau cu scop. Comportamentele expresive, între care se includ muzica, dansul și jocul, sunt relativ spontane, lipsite de scop și distractive. Sunt și ele demne de atenția psihologiei.

În capitolul 7, „Rădăcinile patologiei”, Maslow prezintă două tipuri de frustrare a trebuințelor. Frustrarea care reprezintă o amenințare produce patologie. Cea care nu constituie o amenințare nu este patogenă. Maslow arată că nu orice tip de frustrare reprezintă o amenințare și că, de fapt, privarea poate avea și efecte pozitive, nu doar negative. Maslow mai vorbește și despre conflictul care reprezintă o amenințare și despre cel care nu reprezintă o amenințare, susținând că unele tipuri de conflict pot avea consecințe pozitive.

În capitolul 8, „Este distructivitatea instinctivă?”, Maslow susține că distructivitatea nu este înnăscută. El trece în revistă dovezi din studierea animalelor, copiilor și din studiile transculturale pentru a demonstra că într-un mediu sănătos, suportiv nu există aproape deloc comportamente distructive. Maslow arată

că în ceea ce privește distructivitatea, la fel ca în cazul oricărui comportament, trebuie să luăm în considerare trei factori: structura de caracter a individului, presiunile culturale și situația imediată.

Maslow începe capitolul 9, „Psihoterapia: relații interumane bune”, punând în legătură psihoterapia cu unele concepte tradiționale ale psihologiei experimentale, precum amenințarea, finalizarea actului și gratificarea trebuințelor.

Maslow susține că, dacă acceptăm rolul teoretic central al gratificării trebuințelor, putem înțelege cum se face că diferitele sisteme terapeutice sunt toate eficiente și chiar și terapeuții cu relativ puțină instruire de specialitate pot obține rezultate. El arată că trebuințele noastre primare pot fi satisfăcute numai interpersonal. Aici se include satisfacerea trebuințelor din ierarhia lui Maslow — de securitate, apartenență, dragoste și stimă de sine.

Maslow susține că bunele relații umane sunt terapeutice și, prin urmare, o bună terapie trebuie să aibă la bază o bună relație cu terapeutul. Pentru Maslow, o bună societate este una în care bunele relații interumane sunt încurajate și stimulate. De asemenea, o bună societate este una sănătoasă din punct de vedere psihologic. Maslow subliniază faptul că psihoterapeuții specializați vor avea mereu un rol, mai ales pentru acei oameni care nu mai caută gratificarea trebuințelor primare și n-ar putea-o accepta dacă li s-ar oferi. Pentru astfel de indivizi este necesară terapia profesionistă, care să-i ajute să-și conștientizeze gândurile, dorințele, frustrările și inhibițiile inconștiente.

În capitolul 10, „Concepții despre normalitate și sănătate”, Maslow ia în discuție principalele definiții ale normalității psihice, în termeni statistici, convenționali și culturali, precum și din perspectiva adaptării bune și fără disfuncții. El propune o

16 definiție mai pregnant pozitivă, prin prisma sănătății psihice pozitive. Maslow pune în legătură sănătatea psihică cu procesul actualizării sinelui și cu gratificarea celorlalte trebuințe din ierarhie. De asemenea, arată că sănătatea psihică este susținută cel mai bine de mediul care permite fiecărui individ să aibă o gamă largă de opțiuni din care să aleagă liber.

În capitolul 11, „Oameni aflați în procesul actualizării sinelui: un studiu asupra sănătății psihice”, Maslow își descrie investigația deschizătoare de drumuri asupra actualizării sinelui. El conturează metodele folosite pentru selectarea și testarea subiecților. Cea mai mare parte a capitolului este dedicată descrierilor detaliate ale calităților și atributelor comune subiecților săi aflați în procesul de actualizare a sinelui. Între ele se numără: percepția corectă, spontaneitatea, detașarea, independența, experiențele de vârf, simțul umorului și creativitatea.

Maslow arată, de asemenea, că subiecții săi nu sunt nici pe departe niște ființe perfecte și vorbește și despre defectele lor. În plus, discută rolul valorilor în actualizarea sinelui și rezolvarea dihotomiilor la oamenii aflați în procesul actualizării sinelui, dihotomii precum cele între minte și inimă, egoism și altruism, datorie și plăcere.

Importanța studierii iubirii, în special la oamenii sănătoși psihic, constituie subiectul capitolului 12, „Iubirea la oamenii aflați în procesul actualizării sinelui”. Aici este luată în discuție relația dintre sex și iubire, precum și faptul că iubirea ne poate duce la transcenderea eului și ne determină să respectăm independența și demnitatea persoanei iubite. Maslow mai vorbește și despre natura recompensatoare și altruistă a iubirii.

În capitolul 13, „Creativitatea la oamenii aflați în procesul actualizării sinelui”, Maslow compară creativitatea artiștilor, poe-

ților și a altor oameni cu „profesii creative“, cu creativitatea ca expresie a actualizării sinelui, care izvorăște mai direct din personalitate. Acest al doilea tip de creativitate se manifestă ca o tendință de a face orice cu originalitate și creativitate, fie că este vorba despre predare, gătit, sport sau alte asemenea activități.

Indivizii aflați în procesul de actualizare a sinelui au tendința de a vedea lumea cu o privire proaspătă și de a fi mai spontani și expresivi decât majoritatea. Pentru că se acceptă pe ei înșiși, au la dispoziție mai multe resurse pe care să le folosească în scopuri creative. Maslow numește acest tip de creativitate „primară“, acea revelație intuitivă și inspirație care se află la baza marilor creații din arta plastică, din muzică etc. Maslow subliniază că, în vreme ce numai puțini dintre cei cu înzestrare naturală și bine pregătiți pot avea succes artistic, creativitatea primară, ca expresie a actualizării sinelui, este un aspect fundamental al umanității noastre.

În capitolul 14, „Întrebări pentru o nouă psihologie“, Maslow conturează o serie de întrebări care decurg din noua sa abordare a psihologiei. Între acestea se includ noi abordări ale subiectelor psihologice tradiționale precum învățarea, percepția, afectivitatea, motivația, inteligența, cogniția, psihologia clinică, psihologia animală, socială și teoria personalității.

Maslow ne oferă o interpretare psihologică a științei în capitolul 15, „O abordare psihologică a științei“: cercetătorii sunt și ei oameni. Comportamentul lor ca oameni de știință urmează principiile psihologice. Acestea includ rolul valorilor și al temerilor, speranțelor și viselor umane în știință. Maslow subliniază și faptul că știința nu reprezintă singurul mod de a descoperi adevărul. El recomandă ca, la perspectiva științifică tradițională, să adăugăm abordările poezilor, filosofilor, visătorilor etc. Persoana

18 sănătoasă, fericită, împlinită va fi cu siguranță și un om de știință mai bun, mai creativ.

În capitolul 16, „Centrarea pe mijloace versus centrarea pe probleme“, Maslow susține că multe dintre problemele științei, în special ale psihologiei, sunt cauzate de centrarea excesivă pe mijloace. Centrarea pe mijloace înseamnă concentrarea asupra instrumentarului și asupra tehnicilor cercetării științifice. Acest lucru duce deseori la cercetări valide metodologic, dar banale. Centrarea pe mijloace tinde să creeze ortodoxii științifice, să inhibe originalitatea și să limiteze problemelor pe care le poate studia știința.

În capitolul 17, „Stereotipizare versus cogniție autentică“, Maslow face diferența între două tipuri de gândire și susține că o mare parte din ceea ce trece drept gândire este de fapt categorizare de mâna a doua. El subliniază că este important ca o experiență nouă să fie abordată mai întâi prin implicarea individului în ea, să fie văzută clar și detaliat, în loc să fie imediat plasată într-o categorie. Pentru Maslow, stereotipizarea reprezintă un exemplu clar de categorizare oarbă; obișnuințele constituie un alt exemplu. Dacă o anumită stabilitate este folositoare și necesară, prea multă categorizare duce la rigiditate și lipsa conștientizării prezentului. De asemenea, duce la lipsa de eficiență în rezolvarea problemelor. Problemele noi fie nu sunt sesizate, fie sunt abordate cu tehnici nepotrivite, cu soluții vechi care nu se potrivesc.

În Capitolul 18, „O abordare holistică a psihologiei“, Maslow afirmă ireductibilitatea comportamentului uman complex la părți mai simple. Chiar în studierea aspectelor specifice ale personalității, el insistă să nu uităm că ceea ce studiem face parte dintr-un întreg, nu o entitate distinctă. El introduce conceptul de

„sindrom al personalității”, un complex structurat, organizat, alcătuit din părți aparent diverse și discută în detaliu diferitele implicații ale acestei abordări.

Sperăm sincer că veți savura această carte tot atât de mult cât am savurat-o redactând-o. Abraham Maslow ne-a inspirat deopotrivă ca om și ca gânditor. Dacă viziunea sa despre psihologie și potențialul uman vă va impresiona și vă va determina să meditați asupra problemelor pe care le pune, atunci cartea și-a atins scopul.

*Robert Frager*

# Mulțumiri

Redactorii vor să-i mulțumească Berthei Maslow pentru sprijinul ei și lui George Middendorf, a cărui viziune și încurajare au dus la prezenta ediție.

Ruth Cox îi mulțumește Cynthiei McReynolds, lui Jim Fadiman, lui Bob Frager și studenților promoției 1984 de la California Institute of Transpersonal Psychology pentru comentariile lor asupra versiunilor de ciornă. Îi datorez mulțumiri și lui Miles Vich, pentru părerile sale, și lui Milton Chen și Paul Cox, pentru sfaturile lor în materie de redactare.

# Prefață la ediția a doua<sup>1</sup>

Am încercat în această versiune revizuită să cuprind lecțiile principale din ultimii șaisprezece ani. Ele au fost considerabile. Consider că revizuirea este consistentă și reală — deși n-a trebuit să rescriu foarte mult — pentru că esența lucrării a suferit unele modificări importante, despre care voi vorbi în cele ce urmează.

În 1954, când a apărut această carte, ea reprezenta în principal o încercare de a *îmbogăți* psihologiile clasice existente și nu de a le repudia sau de a crea o nouă psihologie rivală. Scopul consta în a ne lărgi concepția despre personalitatea umană, mergând la nivelurile „superioare” ale naturii umane. (Primul titlu la care m-am gândit a fost *Niveluri superioare ale naturii umane*.) Dacă ar trebui să condensez conținutul cărții într-o singură propoziție, aş arăta că, *în plus* față de ceea ce are de spus psihologia vremurilor noastre despre natura umană, omul are de asemenea o natură mai înaltă, una *instinctoidă*<sup>2</sup>, adică parte din esența sa. Iar dacă mi s-ar permite și o a doua aserțiune, aş accentua caracterul profund holistic al naturii umane, în contradicție cu abordarea

---

<sup>1</sup> Reprodușă exact așa cum apare în ediția a doua; prin urmare, numerele capitolelor ar putea să nu corespundă cu cele din ediția de față. Trimiterile bibliografice au fost omise.

<sup>2</sup> Maslow a creat termenul *instinctoid* pentru a transmite două sensuri: acela că aspectele superioare ale naturii umane sunt la fel de înnăscute, firești și inerente psihicului ca și „instinctele” și că aceste calități superioare acționează în moduri similare, dar nu identice, cu instinctele. Pentru a ușura lectura, am înlocuit în versiunea de față termenul *instinctoid* cu sintagma *de tip instinctual*.