



Q143. 欲求にはどういうものがあるの？



A. さまざまな分類方法が考えられてきたんだよ。

欲求、と一口に言っても、さまざまな分類の仕方や捉え方があるとされているよ。
もともと抽象的な概念なので、捉えどころもないものなんだ。

欲求とは、人間や動物が行動を起こすときの「動機付け」という抽象的な概念だ、と言われているよ。

この「動機付け」はモチベーションとも呼ばれているね。

「動因(どういん)」「誘因(ゆういん)」の2つに大きく分けられているよ。

人が目標に向かって努力してなにかを達成しようとするときには、この2つの考え方が不可欠とされているんだ。

「動因」といわれるものは、いわゆる「気持ち」と呼ばれるものにあたるよ。

自分の内側で、なんとなく起こってくる願望や欲望で、そうしたい、と思って、行動を起こそうとする要因のこと。

「お腹が減ったのでご飯を食べたい」という「気持ち」のことなんだ。

「誘因」は、具体的な行動を起こすための「目標や目的」のことだよ。

自分の外側から、その行動を引き起こされてしまう要因のことだね。

「お腹が減ったのでラーメンを食べたよ」の「ラーメン」のことで「ついでにチャーハンも食べたいし」の「チャーハン」のこともあります。

ラーメンを食べてお腹がいっぱいになったけど、チャーハンも食べたい、というように、ひとつの欲求が満たされても、新たな誘因が出現することもあり得るんだね。

新しい服を買ったのに、すぐに別の服が欲しくなってしまった、ということはよくある事。

新しいことに次々と目移りする、ということも、新しい誘因に触れてしまうことが原因の一つのようだね。

ただし、チャーハン、というものの存在を知らなければ、食べたいという発想につながらないよね。

[さまざまなことに挑戦して経験値を積んでいく](#)ことの大切さはここにあって、経験があつて初めて選択する、ということができるようになるんだ。

誘因である「目標や目的」は、知識や経験から生まれてくるんだよ。

人間の欲求を大きく分類するとすれば、アメリカの心理学者ヘンリー・マレー氏の「生理的欲求」「社会的欲求」が理解しやすいとされているようだよ。
「生理的欲求」は臓器発生的欲求ともいわれていて、人間が生存するために求める、臓器と直接関連した肉体的な欲求のこと。
「社会的欲求」は心理発生的欲求ともいわれていて、人間が社会的生活を営むにあたって求める、臓器との関連性が把握できない精神的な欲求のことなんだ。

「生理的欲求」も「社会的欲求」も、自分の状態を一定に保ち続けよう、という無意識の要求に従っているよ。
「ホメオスタシス」と呼ばれるもので、人間には生存のために体の状態を一定に保とうとする本能、恒常性維持機能がある。
「食いたい」のは下がった血糖値を元に戻そう、とするからだし「お金が欲しい」と思うのは、お金がないと感じるから何とかしたいから、だね。

これらの人間が本質的に持っている要求を、5段階の階層で理論化したものが「五大欲求：[マズローの自己実現理論](#)」です。
もともとは心理学で使われていたものですが、現在では広く経営学や看護学、マーケティングでも利用されているんだ。
人のモチベーションについて説いているので、次回から少し詳しく解説していくよ。

[《MENU》](#)

[《「継次処理」と「同時処理」って？](#)

[マズローの欲求5段階説って？》](#)

放課後等デイサービス支援事業
Support Project of
Day-service for After-school
At Kyoto

2023-07-31 掲載