

一



自我價值的實現

尊重、自信、認可

愛 & 歸屬感

安全

生理需求

二



自我價值的實現
我們可以去放鬆,去創新
接納現實,回饋社會
做任何我們想做的事。

尊重自信·買一摞高檔的
書·大量寫作·思考
工作·競爭到最高
學生·運動軍·發明家
尤其如此

希望親近家人和朋友·融入社會
或團體·希望自己和別人有所不
同於其他人·所尋求妥和歸屬感
·然而自己完全進入到一個群體
中。

想學中文所以我們努力練習發音
邊·尋求庇護所·但我們感到所
在滿足·我們有時間思考

生理需求:對呼吸·進食
飯水或睡眠的需求。
當我們感到滿足·感到清醒

感到得到滿足,我們就可以去放放創新,做想做的事情。

尋求尊重,自重,自信
和同伴的認可,想
有所作為,如有好
機會,會大量工作,思考

尋求和歸屬感,渴望親近家人
和同伴,渴望融入社會或力以
團體,加入後,不希望自己附於其
他人

努力掙錢,積累資源
有一個可以保護我們不受
危險的家,庇護所
之後我們就可以自己去思考

生理需求:呼吸,食
飲,水 and 睡眠
吃飽,喝足時才
有動力做下一層
次

14



生理需求
呼吸 進食 飲水 睡眠
安全：人們努力掙錢 積累
資源
愛和歸屬感：
想親近家人和朋友。

尊重 自信 同伴認可
良好思維
表現和競爭達到最高

愛和歸屬感
渴望親近家人和朋友
渴望融入社會或加入團體

安全
努力掙錢 積累資源
庇護所 思考未來

生理需求
呼吸 進食 飲水 睡眠
感到滿足 感到清
醒
吃飽 喝足
才有動力往下一層

五



自我價值實現,可以放鬆創
新

我們尋求尊重、自信和同伴
的認可

如果我們有錢

我們會買一塊高檔手錶

如果我們有良好的
思維

我們就會大量寫作、思考或工
作。

我們渴望親近家人朋友,
融入同一個群體,當我們
感覺自己完全融入同一個群
體時,又希望自己不同於其他
人。

尋求安全

生理需求
呼吸、進食、飲水、睡眠
的需求,感到滿足,感
到清醒,才有動力。

六

自我價值的實現 (第5層)
我們可以放鬆, 去創新, 接納現實
回饋社會 做出任何想做的事。



尋求尊重, 自信和同
伴的認可, 想要有所
作為, 對方去表現和
競爭達到最高。



我們想融入社會或團體, 當
我們已經融入在裡面時, 我們
又想吧不同於其他人。

如果我們想要安全, 所以
我們去努力賺錢, 一旦我們
感到滿足和安心, 我們就
去思考, 接下來想什麼。

1. 生理需求:
呼吸, 進食, 飲水, 睡眠
當感到滿足, 感到清, 吃飽
喝足後才有動力進行下一步。