

A. H. マズローの自己実現概念の再検討

—マズロー理論から見るレクリエーション—

片 桐 義 晴（早稲田大学大学院）

はじめに

一般にレクリエーション理論について論じられるとき、レクリエーションと“自己実現”という概念を結びつけて論じられることが多い。例えば、レクリエーションは自己実現の機能をもち、レクリエーションを通して新しい自己の可能性を発見することができる、といった指摘がなされている。

しかし、これまでレクリエーション（学）の領域において、自己実現という魅惑的な言葉は盛んに使用されているにもかかわらず、その内実は十分に検討されることなく用いられてきたのではないだろうか。むしろ、自己実現とはこういったものではないかという暗黙の了解のまま、何ら規定することなく用いてきたといえるであろう。

こうした問題意識から本発表においては、A. H. マズローの自己実現概念を取り上げ、彼の理論を丁寧に検証していく作業を通して、自己実現とは“何を”実現しようとするものなのか、そして実現“する”とはどういうことなのかを明らかにすることを課題とする。

また、レクリエーションが自己実現という概念と何らかの関連をもつとするならば、自己実現という概念からレクリエーションを捉え直すことも可能と思われる。そこで、マズローの理論を検討したのち、彼の理論から見えてくるレクリエーションとはいかなるものなのか、検討を行なうことも課題としたい。

1. 自己実現は“何を”実現するものなのか—「内なる衝動の声」—

マズローの基本的人間観は、人間には建設的な方向へと成長していく本能、あるいは衝動が、それが弱々しく抑圧されやすいものであっても内に秘められている、というものである。人間は条件さえ調えられれば、よりよい方向へと誰でもが成長していける存在なのである。

また、マズローによれば、自己実現とは、「その人が潜在的にもっているものを実現しようとする傾向」であるという。この自己実現のプロセスは、外部から形成されるものではなく、内部から生成する諸方向にそって、言い換えれば、もともと内在している成長への衝動にそって進み、その方向に従うことでその人がなりうるものになっていけるのである。こうした人間がもつ成長への衝動を重視するマズローは、自己実現へと向かうために個々人の「内なる衝動の声」に耳を傾け、自分自身に内在している本性に気付くことの重要さを指摘している。自己実現において実現されるものは、その人のもつ内なる本性なのである。

2. 絶えざる実現としての自己実現—プロセスとしての自己実現—

自己実現は、個人に潜在している可能性を実現していくことともいえるが、マズローによれば、こうした可能性は限界をもつものではない。なぜなら、成長動機は終局の状態に至ることはなく、また、人間はさらに完全な存在になろうと目指していく存在であるから

である。

したがって、自己実現“する”（あるいは“した”）というのは逆説的な表現として捉えられるだろう。つまり、実現“する”ことは、何らかの目的を果たしたとか、どこかの目的地に達したということの意味しているのではなく、さらなる自己実現への第1歩を踏み出したことを意味しているのである。自己実現するとは、新しいものを絶えず生成していくプロセスにあることなのである。

3.レクリエーションと自己実現はいかに重なり合うかー至高経験(peak experience)ー
マズローは、自己実現している人間の特徴として15の特徴をあげているが、そのなかに、マズローの後期の著作において重視されている「至高経験」がある。至高経験は一語で定義付けできない概念であるが、マズローによれば、至高経験とは自己実現の瞬間的な達成であり、一時的に、自己実現する人に見られる特徴を多く示すという。

自己実現が絶えざる生成のプロセスであるならば、生きること全体が自己実現の過程となり、特定の状況下で営まれる活動として捉えられているレクリエーションと完全に重なり合うと考えるには無理があるだろう（例えば、自己実現する人は、一般的な二分法を越えているという）。

したがって、マズロー理論においてレクリエーションと自己実現との関連を捉えようとするなら、マズローが見出した至高経験と呼ばれるものが、レクリエーションのなかにも見出すことができ、このことを通して自己実現の一局面にレクリエーションがかかわっていると捉えられるのである。

4.マズロー理論から見たレクリエーションとは

マズローによれば、至高経験とは、人間の最良の状態、恍惚、歓喜、至福や最高の喜びの経験を総括したものであるという。また、自己実現を支える成長動機は何らかの目標を目指したのではなく、成長することそれ自体に価値を見出そうとする動機だという。つまり、何らかの結果を得ようとすることは自己実現ではないのである。

こうしたマズロー理論からレクリエーションを捉え直してみれば、表面に現われた活動にのみ注目しては“こと”の半面にしか光を当てていないことになり、片手落ちのレクリエーション理解となってしまうことが示唆される。こうした理解とともに、その人の内的経験のあり様に焦点を据えた考察が、言い換えれば、その人がいかなる意味を見出して活動を行なっているのかという視点からの考察がなされてこそ、より豊かなレクリエーション理解が可能になってくるのではないだろうか。

おわりに

本発表では、マズローにおける自己実現という限定のなかで考察を進めてきたが、この概念はマズローに限らず、多くの人がそれぞれの文脈で用いている。したがって、自己実現概念の包括的な検討をふまえてレクリエーションを考察していくことで、本発表とは違った視点からレクリエーションを照射していくことも可能であると思われる。今後に残された課題である。