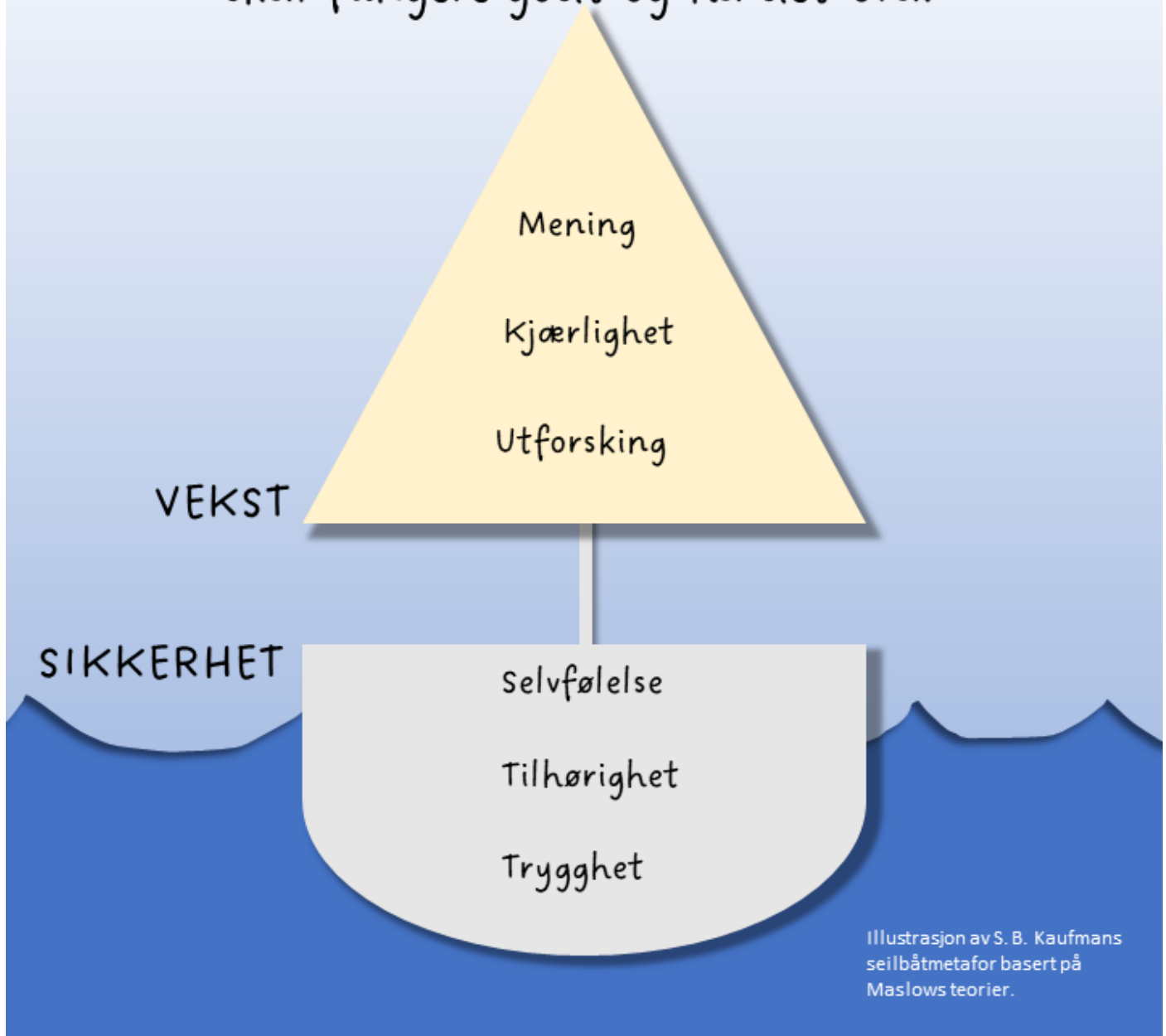


Behov som må være dekt for at menneske skal fungere godt og ha det bra:



Du husker kanskje Maslows behovspyramide? Maslow var opptatt av mennesker sine mange behov, men ifølge Scott Barry Kaufmann satte han selv disse aldri opp i et slikt hierarki. Derimot var han opptatt av at menneskene trengte å få dekt alle behovene for god helse og utvikling. Kaufman laget seilbåtmetaforen for å vise Maslow sine teorier, og forklarer den omtrent slik:

- En seglbåt på havet må kunne bevege seg framover. For å kunne gjøre det må både båten og seilet være tett, for havet (som et bilde på livet) inneholder mange overraskelser og forandrer seg stadig.
- Båten viser behovene våre for sikkerhet. Om å kjenne seg trygg, kjenne at man hører til, kjenne at man selv har verdi/har god selvfølelse. Om disse behovene ikke er dekte vil båten synke, og derfor vil menneske måtte jobbe på spreng for å forsøke å tette disse hullene.
- Seilet handler om vekst og utvikling, om framdrift. Her trenger vi menneske å få lov å utforske, kjenne kjærlighet og oppleve at det vi gjør kjennes meningsfullt. Når vi ikke opplever dette blir vi frustrerte, og vi kan bli sjuke. Vi mistar kraft til å gjøre det vi skal, til å utvikle oss å vokse.

Maslow og Kaufman bruker ordet transendens om tilstanden vi er i når alle behova er dekt. Vi har valgt å omskrive det til å fungere godt og ha det bra, i tilpassinga til norske forhold og enklere språk.