

ABRAHAM HAROLD MASLOW

(1908/1970)



Gabriel dos Santos Pereira

BIOGRAFIA

Abraham Harold Maslow, considerado o pai espiritual da psicologia humanista, que nasceu em 1 de abril de 1908 em Nova Iorque, ficou conhecido pela Hierarquia das Necessidades Humanas ou, popularmente conhecida como, a Pirâmide de Maslow. O famoso psicólogo americano também estudou direito no City College of New York (CCNY), onde posteriormente realizou seu mestrado e doutorado.

Maslow também trabalhou no MIT, fundando o centro de pesquisa National Laboratories for Group Dynamics. Além de psicólogo, foi professor e pesquisador e estudou diversas correntes da psicologia como a psicanálise, Gestalt e a humanista.

PRINCIPAIS ASPECTOS DA TEORIA

A Pirâmide de Maslow tem como princípio de que a motivação de um indivíduo e seus níveis de satisfação podem ser baseados em cinco necessidades organizadas de forma hierárquica.



Na base temos a Fisiologia, ou seja, tudo aquilo relativo à sobrevivência, como respirar, se alimentar, ter um abrigo, controle de temperatura... Logo após temos a camada da Segurança, que engloba tudo vinculado à autopreservação, como a saúde, segurança e até mesmo a segurança física.

Na metade da pirâmide temos a camada Social, que se relaciona diretamente com nossos vínculos sociais, amizades, família, amor e ambientes de sociabilidade e pertencimento. A quarta camada é a Estima, contemplando a valorização, respeito, retornos positivos e incentivos, tanto no ambiente profissional quanto no pessoal.

No topo da Pirâmide de Maslow temos a Autorrealização, tendo como foco a realização de desafios e a busca por atingir um potencial. Muitas vezes a última camada é a mais difícil de concretizar, visto que nunca são necessidades estáticas, elas mudam ao mesmo passo que traçamos novos objetivos e metas.

A teoria de Maslow ajuda a identificar a motivação de certas atitudes humanas. Se observarmos uma sala de aula, por exemplo, e notarmos a falta de atenção de algum aluno, dificuldades de socialização e pouca motivação, é

plausível dizer que algumas necessidades básicas daquele indivíduo não foram supridas.

Maslow trouxe luz quanto a motivação humana. A partir de sua teoria, podemos identificar padrões negativos e, por meio de estratégias, transformá-los em pontos fortes. As necessidades básicas da pirâmide são primordiais para o desenvolvimento humano como um todo, porém também devemos ter em mente que quanto mais avançamos na pirâmide, mais difícil é suprir nossas necessidades.

Trabalhando da base até o topo, é possível aumentar nossa motivação e realizar essas ânsias primais do ser humano que muitas vezes desconhecemos. Em suma, através do trabalho de Maslow podemos entender mais a fundo nossas necessidades biológicas e sociais, assim nos possibilitando trabalhar cada ponto que ainda não foi suprido de forma mais simples.

RELAÇÃO DA TEORIA COM A EDUCAÇÃO FÍSICA

A teoria de Maslow pode ser usada na área de Educação Física de diversas formas. Um exemplo simples seria nas academias, onde o profissional da área deve estar atento aos sinais negativos que seus alunos mostram e buscar estratégias para suprir algumas dessas necessidades dentro do próprio treinamento.

Nas escolas a base segue a mesma. Conhecer seus alunos e buscar maneiras eficientes e plausíveis de motivá-los cada vez mais, a fim de gerar um aprendizado maior. Na prática, criar metas e objetivos alcançáveis em um curto período de tempo pode ser uma boa tática para usar com alunos que não se sentem autorrealizados, assim como o simples ato de criar um vínculo de amizade pode se tornar um aliado insuperável na evolução do mesmo.

O papel do professor de Educação Física, de acordo com a teoria de Maslow, deveria ser reconsiderado e ter uma ênfase muito maior em criar experiências que tenham consequências reais tanto no desenvolvimento quanto nas realizações pessoais do aluno. "...é tentador, caso a única ferramenta que você tenha seja um martelo, tratar tudo como se fossem pregos." (Maslow, 1966).

Alguns exemplos disso seriam aceitar o atleta/aluno, encorajando o indivíduo a focar em seus pontos fortes e ter consciência de suas fraquezas; nutrir uma atmosfera em que o aluno não tenha medo de cometer erros, facilitando a descoberta própria do indivíduo acerca do que é melhor para ele; oferecer *feedbacks* que façam o atleta entender sua conexão pessoal com o esporte. “Se a educação não fizer isso, ela é inútil” (Malsow, 1968).