参考資料「働くためのモチベーション」

**「欲求」という潜在的エネルギー**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 欲求 | 内容 |
| １ | 生理的欲求 | 生存欲求と呼ばれることもある。食欲、性欲、睡眠欲、恒常性維持など。 |
| ２ | 安心、安定欲求 | 奪われたくない、乱されたくない、現状の満足の維持を求める欲求。 |
| ３ | 緊張緩和、  不協和解消欲求 | 緊張状態や自己矛盾した状況を緩和・解消しようとする欲求。 |
| ４ | 有能感、達成欲求、熟達欲求 | 「できた」「やれた」という感覚を求める欲求。「自己効力感」があらゆるモチベーションを支えるものという考えもある。 |
| ５ | 好奇心 | 新しい体験や不思議さを求める欲求。 |
| ６ | 自己決定（自律性）欲求 | 他者から強制されるのではなく自律的でありたいとする欲求。 |
| ７ | 成長欲求 | 「好奇心」「有能感」「自己決定欲求」などが統合化された欲求概念。 |
| ８ | 遊び欲求 | 自分が楽しいと思うことをしたいという欲求。遊びと仕事の相互作用によって仕事の質が高まる場合もあるなど相補的な面もある。 |
| ９ | 親和欲求 | 周りの人たちと仲良くやりたい、安心感を得たいという欲求。 |
| 10 | 愛情欲求 | 特定の人と親密でありたいという欲求。親和欲求よりも積極的な性質を有する。 |
| 11 | 承認・尊敬欲求 | 他者から価値ある存在として認められたい、注目されたいという欲求。 |
| 12 | 勢力欲求（影響力） | 影響力を持ちたいという欲求。権力、権威、リーダーシップなどの意欲に関連する。 |
| 13 | 関係欲求 | 他者との関わりに基づく欲求。「親和欲求」「愛情欲求」「承認・尊敬欲求」「勢力欲求」などを統合した欲求概念。 |
| 14 | 特性発揮欲求、  自己実現欲求 | 自分らしいと考える潜在能力を発揮し、自分の人生に独自の意味を見出そうとする欲求。 |

**「価値」という認知的エネルギー**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 価値 | 内容 |
| １ | 経済価値（報酬） | 活動の目標達成に随伴して得られる金銭的報酬。活動がもたらす結果期待であり手段的なワーク・モチベーション。 |
| ２ | 興味価値 | 活動自体に対する興味、知的好奇心に基づく価値。活動自体が目的化しており、活動自体が報酬といえる。内容志向のモチベーション。 |
| ３ | 有用性価値 | 将来の自己目標に対してこの活動は重要な経験となるだろうか、キャリアを語る有効な材料となるだろうかといった視点からなされる主観的評価。自己志向のモチベーション。 |
| ４ | 関係価値 | 他者や組織との関係性の中に自らのワーク・モチベーションを位置付けるもの。集団との親和、他者からの承認や尊敬、他者に対する影響力、他者への配慮、組織への貢献など質的に異なる価値が含まれている。社会志向のモチベーション。 |
| ５ | 職業に対する精神性 | 使命感、社会的意義、目的、信念といった概念に基づくワーク・モチベーション。 |

出典：齋藤義明：「職業人生のモチベーション－源泉、長期波動、自己調整に関する考察－」

（http://hdl.handle.net/2115/50272　アクセス日2017.2.10）