

## 제8장. 인간과 일

### 1. 들어가는 말

청년실업 100만 시대라고 한다. ‘청년실업’이란 15세에서 29세 사이의 청년들 가운데 일을 할 수 있고, 또 일을 하고 싶은데도 일자리를 구하지 못하거나 일할 기회를 가지지 못한 것을 말한다. 취업난 사태를 반영하는 신조어들도 등장하였다. 이십대 태반이 백수라는 뜻의 ‘이태백’, 대학 졸업 후 실업자가 되거나 빌린 등록금을 상환하지 못해 신용불량자가 된다는 의미의 ‘청년실신’, 20대 90%가 백수라는 뜻의 ‘이구백’, 청년백수 전성시대라는 뜻을 담은 ‘청백전’ 등 청년 실업의 문제를 반영하는 부정적인 말들이 우리 주변을 떠돌아 다닌다.

지난 10년을 돌아보면, 대학진학률의 급격한 상승으로 인해 청년층의 고학력화 현상이 뚜렷하다. 1990년도 대학진학률이 33.2%인데 반해, 2008년에는 대학진학률이 83.8%까지 크게 상승하였다. 대졸자들이 원하는 일자리는 ‘화이트칼라, 대기업, 정규직, 연봉 2500만원’ 등으로 조사되는데, 그러한 일자리는 사실상 한정되어 있다. 그러다 보니 취업경쟁은 대학입시 경쟁보다 더욱 치열해질 수밖에 없다. 청년실업이 장기화되면서 아예 취업을 포기한 채 아무 일도 하지 않고 그냥 하루하루 살아가는 니트족(NEET: Not in Education, Employment, Training)도 늘고 있다고 한다.

그렇다면 인간은 꼭 일을 해야만 하는 것일까? 일에 대한 관심과 이해는 삶에 대한 관심과 이해와 직결된다. 일이 지닌 세 가지 기능적인 면으로 접근해보면, 첫째는 생계유지를 위한 수단으로서의 경제적 기능, 둘째는 사회적 책임과 협동, 봉사라는 사회적 기능, 셋째는 인본주의적이고 초월적인 자기 욕구 실현을 위한 정신적이고 종교적 기능이라 답할 수 있다.

일은 단순히 생계유지만을 위한 것이 아니라, 개인의 자아실현 및 삶의 완성과 연결된다. 심리학자 매슬로우는 인간의 ‘자기실현 욕구’가 가장 최상위의 욕망이며, 자기계발과 목표성취를 위해 끝없이 노력하는 자세라고 말한다. 인간은 일을 통해 자기 자신을 실현시켜 나가는 과정에서 삶의 의미와 목적을 발견할 수 있다.

베네딕토 수도회를 창설한 베네딕토 성인(480-547)은 기도와 일을 통해 하느님을 찾을 수 있다고 보았다. 즉, 인간은 노동을 함으로서 내적 자유를 얻고 이웃에게 봉사하며 하느님께 영광을 드릴 수 있다는 것이다. 기도와 일이 통합되고 조화로울 때 인간은 인간다운 존재가 되고 하느님과의 통교할 수 있는 길이 열린다. 청년실업이라는 불안한 시대를 살고 있는 20대 청년들에게 ‘기도하고 일하라!’는 베네딕토 성인의 말씀을 ‘내적 자아성찰을 바탕으로 기도하는 마음으로 취업에 임하라’는 뜻으로 전하고 싶다.

### 2. 매슬로우(A. Maslow)의 욕구 단계설

1950년 미국의 심리학자인 에이브라함 매슬로우(Abraham Maslow)와 칼 로저스(Carl Rogers)는 인간에게는 자유 의지가 있으며 무의식적인 동기와 환경적 자극에 의해 움직여지는 존재가 아니라는 생각을 발전시켰다. 매슬로우는 인간에게 동기를 부여할 수 있는 욕구가 계층을 형성하고 있는 것으로 파악하였다.

#### 1) 매슬로우(1908-1970): 행태 심리학자

브룩클린에서 태어난 그는 위스콘신 대학에서 수학했으며, 학계뿐만 아니라 업계에서도 일한 특이한

경력 소유자였다. 그는 학자로서 영장류의 사회생활 방식에 많은 관심을 기울였고, 콜롬비아 대학 연구원을 거쳐 브룩클린 대학 조교수로 교단에 섰다. 그 뒤 웨스턴 행동 과학 연구소를 거쳐 메사추세츠의 브랜다이스 대학에서 근무했다. 1967년 미국 심리학회 회장을 맡았던 매슬로우는 처음에는 행동주의 심리학자였으나, 후에 관찰 가능한 행동과 환경의 영향에 대해서만 초점을 두는 것에 반대하였다. 그는 인간의 자연적인 본성인 자아실현에 대한 욕구를 강조하였는데, 이는 모든 사람의 잠재력의 실현에 대해 적용되는 용어이다. 그는 『인간의 동기와 성격』(*Motivation and Personality*)을 집필하였고, 그 외에도 *Towards a Psychology of being*(1962), *Eupsychian Management*(1967), *The father Reaches of Human Nature*(1971) 등이 있다.

## 2) 욕구 단계설의 가정

매슬로우는 심리학의 주제는 개인의 고유한 정신적 경험에 관한 것이어야 한다고 가정하였다. 매슬로우는 인간의 내부에는 단계를 이루는 다섯 가지 욕구가 존재한다는 논리를 세우고 있다. 이러한 논리에는 다음과 같은 네 가지 가정이 전제된다.

- (1) 일단 만족된 욕구는 더 이상 동기부여요인이 아니다.
- (2) 인간의 욕구체계는 매우 복잡하다.
- (3) 상위수준의 욕구가 한 개인의 행동에 영향을 미치기 위해서는 일단 하위수준의 욕구가 우선적으로 충족되어야 한다.
- (4) 하위수준보다는 상위수준의 욕구에 더 많은 충족방법이 있다.

## 3) 욕구단계이론(Need Hierarchy Theory)의 개념

욕구 단계설은 1943년에 처음 내놓은 것으로, 사람에게 동기를 부여하려면 단계별로 상승하는 인간의 욕구를 제대로 이해해야 한다는 주장이다. 인간의 욕구는 낮은 단계의 욕구로부터 시작하여 그것이 충족됨에 따라서 차츰 상위 단계로 올라간다. 이러한 매슬로우는 이론은 브랜다이스 대학에 재직할 당시에 집필한 『인간의 동기와 성격』 *Motivation and Personality*이라는 책에서 소개되었다.

- ▶ **1 단계: 생리적욕구(Physiological Needs):** 욕구단계설의 첫 단계는 인간에게 있어 가장 기본이라 할 수 있는 생리적 욕구이다. 즉, 따뜻함이나 거주지, 먹을 것을 얻고자 하는 욕구이다. 인간은 빵만으로 사는 것은 아니지만 정말로 굶주리고 있는 사람에게 있어서는 빵 한 조각이 전부인 것이다. 춥고 배고픈 문제가 해결되지 않는 한 다른 욕구는 모습을 나타내지 않는다.
- ▶ **2 단계: 안전욕구(Safety Needs):** 일단 생리적 욕구가 어느 정도 충족되면 안전의 욕구가 나타난다. 이 욕구는 근본적으로 신체적 및 감정적인 위험으로부터 보호되고 안전해지기를 바라는 욕구이다. 매슬로우는 안전 욕구에 대해 다음과 같이 말했다. “어떤 사람이 극도로, 또 상시적으로 안전을 추구한다면 그런 인물이야말로 안전만을 위해서 삶을 영위한다고 할 수 있다.”
- ▶ **3 단계: 소속감과 애정욕구(Belongingness and Love Needs):** 일단 생리적 욕구와 안전 욕구가 어느 정도 충족되면 소속감이나 애정욕구가 지배적인 것으로 나타나게 된다. 한마디로 집단을 만들고 싶다, 동료들로부터 받아들여지고 싶다는 욕구이다. 인간은 사회적인 존재이므로 어디에 소속되거나 자신이 다른 집단에 의해서 받아들여지기를 원하고 동료와 친교를 나누고 싶어하고 또 이성간의 교제나 결혼을 갈구하게 된다.
- ▶ **4 단계: 존경욕구(Esteem Needs):** 인간은 어디에 속하려는 그의 욕구가 어느 정도 만족되기 시

작하면 어느 집단의 단순한 구성원 이상의 것이 되기를 원한다. 이는 내적으로 자존, 자율을 성취하려는 욕구(내적 존경욕구) 및 외적으로 타인으로부터 주의를 받고, 인정을 받으며, 집단 내에서 어떤 지위를 확보하려는 욕구(외적 존경욕구)이다.

- ▶ **5 단계: 자아실현욕구(Self-Actualization Needs):** 일단 존경의 욕구가 어느 정도 충족되기 시작하면 다음에는 “나의 능력을 발휘하고 싶다”, “자기계발을 계속하고 싶다”는 자아실현욕구가 강력하게 나타난다. 이는 자신이 이룰 수 있는 것 혹은 될 수 있는 것을 성취하려는 욕구이다. 즉, 계속적인 자기발전을 통하여 성장하고, 자신의 잠재력을 극대화하여 자아를 완성시키려는 욕구이다.



- 저위욕구(Lower-order Needs)와 고위욕구(High-order Needs): 생리적 욕구와 안전욕구를 포함하는 저위욕구는 주로 외부요인(임금, 고용기간) 등에 의해서 충족되는 반면에 상위의 나머지 세 욕구를 포함하는 고위욕구는 자신의 내부요인에 의해 충족되는 차이가 있다.
- 성장욕구(Growth Needs)와 결핍욕구(Deficiency): 자아실현욕구는 다른 네 가지 욕구와 다르다. 다른 네 가지 욕구는 무엇인가 부족하기 때문에 느끼는 결핍욕구(Deficiency Needs)에 해당하지만, 자아실현욕구는 결핍이 아니라 더욱 성장하려는 욕구이기에 성장욕구(Growth Needs)로 불리운다.
- 사람은 일단 주변에 먹을 것이 충분하게 되면(1단계), 그 다음엔 심리적 육체적 안전을 생각하게 되고(2단계), 몸의 안전을 보장받게 되면 그 다음으로 사회적 욕구를 채우기 위해 움직인다(3단계). 마찬가지로, 사람이 충분한 자긍심을 느끼게 되면(4단계) 이는 곧바로 그 상위 단계인 자기실현의 욕구로 이어지게 된다(5단계). 그러나 만일 이 욕망의 피라미드 어느 한 단계가 결핍되면 사람의 욕구는 그 결핍된 요소를 채우기 위해 밑으로 무너져 내린다고 한다. 가장 극단적인 예를 들자면, 굶어 죽을 위험에 처하게 된 사람이 먹을 것을 구하기 위해(1단계) 극도로 비굴해 지기도 하고(4단계), 또 식량을 위해 가족과 동료를 버리거나(3단계), 몸의 안전까지 불사하는 경우(2

단계)를 생각해 볼 수 있다. 그리고 만일 한 개인이 직장이나 사회, 어느 집단에서 쫓겨날 위기에 처했다면(3단계), 그 사람은 자기만족이나 자긍심을 버려가면서(4단계) 집단에서의 소속감을 유지하려는 경향을 보인다고 한다. 가장 흔한 예로 가족의 생계와 안정된 직장 생활을 위해 한 개인이 자만심을 버리거나 제어하려는 모습을 들 수 있겠다. 또한, 만일 어떤 사람이 어느 일자리에서 자신의 신상에 위협을 느끼거나 심리적인 불안감이 극에 달했을 때는(2단계) 사회적인 관계는 안중에 없이(3단계) 오직 이 위험 요소를 제거하기 위한 동기가 유발될 것이다. 이런 매슬로우의 이론이 모든 이들로부터 지지를 받고 있는 것은 아니다. 학계에서는 아직도 매슬로우의 5단계 이론에 대한 논란은 진행중이다.

- 대부분의 서양 문화권에서는 직장에서의 동기 유발이 대개 개인적인 목적에서 출발한다. 서양인들은 개인적인 필요에 의해 동기가 유발되는 경우가 많아, 공익이라든가 가족의 문제는 뒷전으로 밀려날 수도 있다. 말하자면, 서양인들은 인간 욕망의 3번째 단계인 사회적 욕구가 충족되지 않은 상태에서도 자기 실현의 단계까지 올라가곤 한다는 것이다. 이와는 반대로, 아시아 국가들의 경우 집단의 이익을 개인의 욕망보다 우선시 하는 것이 전통처럼 이어져 왔다. 따라서 아시아인들은 민족, 국가, 문화, 그리고 가족의 이익을 위해 자기실현의 동기를 유발하는 경우가 종종 있다. 말하자면, 동양인들은 4번째 욕망인 자긍심을 충족시키지 않은 채 3번째 단계인 사회적 욕구만 가지고 자기실현으로 뛰어 오르는 경우도 있다는 것이다.

#### 4) 자아실현인의 특징

- 매슬로우는 자기실현의 욕구란, 인간이 가지는 가장 최상위의 욕망으로, 자기 개발과 목표 성취를 위해 끝없이 노력하는 자세라고 정의한다. 매슬로우는 자기실현의 욕구는 다른 단계의 욕구와 달리 일정한 한계점이 없다는 점을 강조했다. 생물학적 욕구에는 한계점이 있어서 일정 수준 이상 충족되면 자동적으로 그 욕구는 사라진다. 밥을 먹다 배가 부르면 숟가락을 놓고, 겨울철 난방을 켜고 방이 너무 더워지면 난방을 끄는 식. 그러나 자기실현의 욕구는 그렇지 않다. 오히려 욕구의 충족이 커지면 커질수록 그 욕구는 더 강해지곤 한다.
  - 매슬로우는 사람이 자기 실현의 단계에 들어서기 위해선 먼저 아래 단계에 있는 기본적 욕구들이 충족돼야 한다고 설명한다. 배고프면 먹을 것을 찾고, 추우면 따뜻한 곳을 찾고, 주변이 불안하거나 위험하면 안전한 곳을 먼저 찾는다. 그리고 외롭고 고립됐다는 느낌이 들거나 자신감, 자긍심이 부족하다면, 자기 실현을 생각하기보다는, 먼저 이에 대한 욕구를 충족시키기 위해 움직인다는 것이 매슬로우의 설명이다. 즉, 자기 실현의 욕구가 추진력을 얻기 위해선 먼저 결핍 상태를 극복해야 한다는 것이다. 자신이 신체적으로 혹은 정신적으로 뭔가가 결핍돼 있는 상태라면 자기실현에 대한 노력을 충분히 기울일 수가 없다는 뜻이다.
  - 매슬로우는 자신의 자기실현이라는 개념을 명확히 정의하기 위해 자기실현에 성공한 사람들의 심리적인 특징을 직접 조사했다. 주변 사람들이나 역사적 인물들 중 자기 실현에 성공한 사람들을 골라 그들의 기록, 전기, 인터뷰, 행동 사항들을 면밀히 관찰했다. 그가 선정한 역사적 인물 중에는 에이브러햄 링컨, 토마스 제퍼슨, 마하트마 간디, 알버트 아인슈타인, 엘레너 루즈벨트, 베네딕트 스피노자 같은 이들이 포함돼 있었다. 매슬로우는 창조적 업적과 인격적 성숙을 통해 자아실현을 이룬 세계적인 위인들의 삶을 치밀하게 분석하여 그들의 몇 가지 특징을 제시하고 있다.
- (1) 성숙한 사람들의 첫 번째 특징은 현실에 대한 객관적인 지각능력과 판단능력을 가지고 있다는 점이다. 자기자신, 타인, 그리고 환경적 상황을 자신이 원하거나 필요한 방식대로 보는 것이 아

나라, 가능한 한 자신의 편견, 소망, 욕구를 배제한 상태에서 있는 그대로 현실을 본다. 자신과 타인을 왜곡하지 않는다. 이를 위해서 ‘과연 나(또는 그)는 어떤 사람이며, 어떤 능력, 성격, 욕구, 가치관을 가지고 있는가?’, ‘어떤 장·단점과 강·약점을 가지고 있는가?’, ‘어떻게 생각하고 행동하는가?’ 등의 물음을 통한 자신과 타인에 대한 깊은 이해가 필요하다. 이러한 바탕 위에서 환경적 상황에 대한 객관적 파악과 편견 없는 판단이 가능해지는 것이다.

- (2) 둘째, 이들은 인간의 본성에 대해서, 그리고 자기 자신과 타인의 속성에 대해서 수용적인 태도를 갖고 있다. 자아실현을 한 성숙한 사람들은 자신과 타인의 장점뿐만 아니라 약점과 결함을 불평이나 걱정 없이 받아들인다. 인간의 본성을 있는 그대로 받아들인다. 따라서 자신에 대해 교만해 하거나 열등감을 갖지도 않으며 타인에 대해서도 질투하고 원망하고 비난하지 않게 된다.
- (3) 성숙한 사람의 세 번째 특성은 자신을 가식 없이 솔직하게 자발적이고 자연스럽게 나타낸다. 불필요한 열등감과 수치심으로 자신을 다른 모습으로 위장하지도 않고 자기표현을 지나치게 억제하지도 않는다. 그러나 타인에 대해서는 신중하고 사려가 깊어서, 타인에 대한 솔직하고 자연스런 감정표현이 상처를 입히지 않도록 노력한다. 이러한 세 가지 특징, 즉 자신과 타인에 대한 객관적 이해, 수용적인 태도, 그리고 솔직하고 자연스런 표현은 성숙한 사람의 기본적인 태도를 이루고 있다.
- (4) 성숙한 사람들은 네 번째 특징인 민주적인 성격구조를 갖게 된다. 그들은 사회계층이나 교육수준, 정치적 의견, 학연과 지연, 인종과 피부색에 구애받지 않고 모든 사람에게 관대하고 수용적이며 차별 없이 대한다. 그들은 무언가 자기에게 가르침을 줄 수 있는 사람 모두에게서 듣고 배울 태도를 가지고 있다. 한 예로 성숙한 지식인은 자신이 갖지 못한 기술과 지식을 갖고 있는 노동자나 목수도 진정으로 존중하고 존경한다.
- (5) 성숙한 사람들은 타인과 확고한 인간적 유대를 가질 수 있는 능력을 갖고 있다. 타인과의 깊은 우정과 사랑, 동료애, 가족에 대한 진지한 관심과 열정을 지닌다. 때로는 가까이 하는 사람의 범위가 좁고 수가 적은 수도 있다. 그러나 이들의 사랑과 애정은 굶주린 사람이 음식을 갈망하고 구걸하듯이 결핍 욕구에 의한 것이 아니기 때문에, 이들은 애정의 결핍 때문에 괴로워하지도 않으며 질투하지 않고 애정을 갈구하지도 않는다. 타인에 대한 이들의 관심과 사랑은 자신과 타인의 성장과 발달을 함께 생각하고 추구하는 것으로서 이기적이지 않다. 이러한 타인에 대한 사랑은 결핍 동기보다는 성장 동기에 뿌리를 두고 있으며 서로 재미와 기쁨, 즐거움과 웃음, 위로와 지지를 함께 나누는 인간관계로 발전된다. 아울러 성숙한 사람들은 흔히 재치와 유머 감각을 지니고 있다. 이들의 유머와 재치는 타인에게 상처를 입히는 적의에 찬 농담, 타인에 대한 우월감에 근거한 유머, 음탕하거나 조소적인 유머와는 다른 것이다. 흔히 누구나 미소짓고 수궁할 수 있는 교훈적인 깊은 뜻이 담긴 그런 재치와 유머를 사용할 줄 안다.
- (6) 성숙한 사람은 모든 인간이 처한 상황에 대해서 공감과 애정을 느끼며 모든 인간에 대한 인류애와 형제애를 느낀다. 고독한 존재로서 같은 운명을 지니고 인생을 살아가는 모든 인간에 대하여, 현실적인 인간 사회 속에서 희노애락으로 고통받고 즐거워하는 모든 인류에 대해 같은 운명을 지닌 한 인간으로서 공감과 애정을 느낀다. 이러한 태도는 자신에게 피해를 입히고 잔인한 행동을 하는 사람에 대해서 적개심과 공격성을 보이기보다는 이해와 용서를 할 수 있는 넓은 마음의 바탕을 제공한다.
- (7) 성숙한 사람들은 인간관계뿐만 아니라 자기가 하는 일에 대해서 애정을 갖고 몰두하며 동시에 책임감을 갖는다. 성숙한 사람에게 일이란 자기가 하고자 원하는 일, 즉 단순히 생계를 잇기 위

한 수단으로서의 일이 아니라 실제로 자신이 해야 한다고 느끼는 그런 것이다. 성숙한 사람은 일의 몰두와 그에 따른 만족감 때문에 미숙한 사람보다 더 열심히 일한다. 그들에게 일은 마지못해 하는 싫은 것이 아니라 사명감을 갖고 해야 하는 뜻 있고 즐거운 것이다.

- (8) 자아실현을 한 사람은 독립성과 자율성에 대한 강한 욕구를 지닌다. 그들은 스스로 결정할 수 있는 능력이 있고 따라서 스스로 결정을 내리며 자율적으로 행동한다. 때로는 고독과 개인적인 생활을 즐기기도 한다. 인간과의 접촉에서 지나치게 고립되지 않는 한편 타인에 의존하거나 매달리지도 않는다.
- (9) 자아실현을 한 성숙한 사람들의 아홉 번째 특징은 매우 창의적이라는 점이다. 물론 그들이 모두 작가나 예술가도 아니며 항상 예술적 창조작업을 한다는 의미가 아니라, 그들은 그들이 종사하는 분야에서 독창적이며 새로운 것에 대한 강렬한 추구가 있고 혁신적인 창조적 노력을 기울인다.
- (10) 마지막으로 성숙한 사람들은 생활 속의 여러 가지 체험을 즐거움과 경이로움으로 신선하게 받아들인다. 그리고 새로운 체험에 대해 열린 자세를 갖는다. 자연에 대해서, 사람에 대해서, 예술과 문학에 대해서, 학문과 진리에 대해서 즐거움과 아름다움을 느낄 수 있는 감상 능력이 있다. 따라서 그들은 삶의 경험에 대해 싫증을 내거나 지루해하지 않는다. 삶 속에서 소유하고 경험하는 것에 대해 감사할 줄 안다. 자아실현을 한 성숙한 사람들은 인생의 여러가지 과정에서 때때로 종교적 경험과 비슷한 강렬하고 저항할 수 없는 황홀경과 경외감을 경험하게 된다. 매슬로우의 이러한 경험을 절정 경험(peak experience)이라고 불렀다.

간단하게 요약하면 다음과 같다.

- 현실 중심적이다 (reality-centered) → 거짓, 부정직함, 가짜, 사기, 허위를 진실로부터 구별하는 능력이 있다.
- 문제 해결 능력이 강하다 (problem-centered) → 어려움에 괴로워하거나 도망가려고 하지 않는다. 어려움과 역경을 문제 해결을 위한 기회로 삼는다.
- 수단과 목적을 차별하지 않는다 (different perception of means and ends) → 목적으로 수단을 정당화하지 않는다. 또한 수단이 목적 자체가 될 수도 있다고 생각한다. 즉, 과정이 결과보다 더 중요할 수 있다고 생각하는 자세를 갖는다.
- 사생활을 즐긴다 (need for privacy) → 남들과 함께 하는 시간보다는 혼자 있는 시간에 종종 더 편안함을 느낀다.
- 환경과 문화에 영향을 받지 않는다 (independent of culture and environment) → 주위 환경에 의해 쉽게 바뀌지 않는다. 자신의 경험과 판단에 더 의존한다.
- 사회적인 압력에 굴하지 않는다 (resisted enculturation) → 항상 사회에 순응하며 살진 않는다. 겉으로는 평범해 보이지만, 속으로는 반사회적이거나 부적응자의 심리를 갖고 있기도 하다.
- 민주적인 가치를 존중한다 (democratic values) → 인종, 문화, 개인의 다양성에 열린 자세를 취한다
- 인간적이다 (Gemeinschaftsgefühl) → 사회적 관심, 동정심, 인간미를 지니고 있다.
- 인간 관계를 깊이 한다 (intimate personal relations) → 수많은 사람들과 피상적인 관계를 맺

는 것보다는, 가족이나 소수의 친구들과 깊은 관계를 유지한다.

- 공격적이지 않은 유머를 즐긴다 (un-hostile sense of humor) → 자기 자신을 조롱하는 유머를 즐겨 사용한다. 남을 비웃거나 모욕하는 유머는 삼가 한다.
- 자신과 남을 있는 그대로 받아들인다 (acceptance of self and others) → 남들이 자신을 바라보는 시선이나 태도에 연연해하지 않고 자신을 있는 그대로 바라본다. 남에게도 마찬가지로. 남을 가르치거나 바꾸려 하지 않고, 자신에게 해가 되지 않는 한, 있는 그대로 내버려둔다.
- 자연스러움과 간결함을 좋아한다 (spontaneity and simplicity) → 인공적으로 꾸미는 것보다는 있는 그대로, 자연스럽게 표현하는 것을 더 좋아한다.
- 풍부한 감성 (freshness of appreciation) → 주위의 사물을, 평범한 것일지라도, 놀라움으로 바라볼 수 있다.
- 창의적이다 (creative) → 창의적이고 독창적이며 발명가적 기질이 있다.
- 최대한 많은 것을 알고 경험하려 한다 (peak experiences) → (학문, 종교, 철학, 스포츠 등의) 경험의 정점에 다다르기를 좋아한다. 경험의 순간이 최고조에 달했을 때 무한한 기쁨과 자유를 느낀다. 그리고 이 경험이 머리속에 남아 계속 그 경험을 쌓으려 노력한다.

매슬로우의 그러나 역사적인 위인이라고 해서 위의 특징들을 모두 보유하는 것은 아니라고 설명했다. 자기 실현이라는 가치 자체가 불완전한 것이어서 자기 실현의 과정에 몇몇 결함이 발견되기도 한다는 것이다. 지나친 죄의식이나 염려, 과도한 친절, 잔혹함과 냉정함, 유머 감각의 등이 자기 실현 과정에 오점을 남기기도 한다는 것이 매슬로우의 지적이다.

이상은 매슬로우가 주장하는 자아실현을 이룬 성숙한 사람들의 특징이다. 이러한 모든 특징들은 세계사의 극소수 위인들이 보여준, 이기적이고 협소한 인간이 승화된 모습이다. 우리 모두 위인이 될 수 없듯이, 이러한 모습은 현실적으로 실현하기 매우 어려운 일이다. 그리고 이 모든 특징들이 인격적 성숙을 뜻하는가에 이의를 가진 사람도 있다. 그러나 ‘무엇을 위해 살 것인가?’, ‘인생을 어떻게 살아갈 것인가?’를 진지하게 생각하는 사람이라면 한번쯤 깊이 음미해볼 가치가 있는 기준이라고 생각된다.