

## 1 | 결핍욕구란?

- 필요한 것이 모자라서 생기는, 자신의 결핍을 충족시키고자 하는 욕구
- 결핍욕구는 주로 외부로부터 충족됨
- 지속적인 결핍상태
  - 사고와 지각에 영향을 미치며, 심할 경우 신경증이나 성격장애가 올 수 있음
  - 결핍욕구를 채우기 위해 부당한 방법을 사용할 가능성도 있음

## 2 | 결핍을 채우는 공감

- 칼 로저스는 내담자의 이야기를 매우 주의를 기울여 들어주는 것이 내담자에게 도움을 줄 수 있는 매우 중요한 방법임을 발견했다.
  - 여기서 주의를 기울여 듣는다는 것은 상대방의 욕구가 무엇인지를 파악하는 것임
- 우리는 흔히 다른 사람의 말이나 행동의 표면적인 것만을 인식하게 되는데 말과 행동의 근본 욕구를 파악하는 것이 매우 중요하다.

## 3 | 직장 내 타인의 결핍욕구 이해하기

- 직장은 나와 다른 수많은 사람이 함께 생활하는 곳이다.
- 사람은 누구나 각자의 욕구를 가지고 있는데 이를 숨기고 살 수도 있고, 표현하며 살 수도 있다.
- 직장에서 인간관계를 잘 하기 위해서는 **다른 사람이 숨기고 있는 욕구가 무엇인지 알고 그에 대해 공감적인 표현을 해 주는 것이 중요하다.**

