LAS MOTIVACIONES DE LAS PERSONAS

Asignatura: Psicología

Prof.: Carmen Serrano

DEFINICIÓN

- Acción y efecto de motivar.
- motivo (causa).
- Ensayo mental preparatorio de una acción para animar o animarse a ejecutarla con interés y diligencia.

deriva del latín *motivus* o *motus*, que significa 'causa del movimiento'.

Una conducta motivada es un movimiento de la persona hacia algún objetivo

MOTIVOS

- Energía y causa que provoca que nuestra conducta esté motivada.
- Tipos básicos:

MOTIVOS INNATOS/BIOLÓGICOS/PRIMARIOS
Satisfacen necesidades fisiológicas
Funcionan según el principio de homeostasis

MOTIVOS APRENDIDOS/SOCIALES/SECUNDARIOS
Fruto de nuestra educación y cultura
Responden a una elaboración cognitiva influida por nuestro aprendizaje
Dentro de ellos se encuentran los valores y las creencias

MOTIVACIÓN INTRÍNSECA

Motivación fruto de nuestra **voluntad, deseo y competencia personal**, sin necesidad de refuerzos externos

Causada por: **placer, curiosidad, novedad, complejidad**

Mayor poder si existe equilibrio entre conducta y competencia personal. **AUTOEFICACIA** (Bandura)

MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA

Motivación fruto de **recompensas** recibidas tras la emisión de conductas

Causada por: **éxito, poder, reconocimiento social**

Son **inestables:** desaparecen si desaparece la recompensa

MOTIVACIONES MIXTAS

MOTIVACIÓN ORIENTADA A METAS

- OBJETIVOS MOTIVADORES SEGÚN LA PNL: plan de seguimiento de siete puntos

MOTIVACIÓN ORIENTADA A METAS

- En relación al proceso:

  Motivación orientada al proceso

  Motivación orientada al resultado final

- En relación a los objetivos:

  Motivación dirigida a conseguir el objetivo

  Objetivo de evitación

TEORÍA DE LAS MOTIVACIONES DE MASLOW

Dos tipos de necesidades: necesidades deficitarias y necesidades de crecimiento

Motivación: búsqueda del equilibrio entre la necesidad y su satisfacción

Los hombres son buenos por naturaleza pero todos tienen unas necesidades a satisfacer : persona sana y feliz

TEORÍA DE LAS MOTIVACIONES DE MASLOW

- **NECESIDADES DEFICITARIAS**: propias de la especie humana y, en algunos casos, de los animales. Su satisfacción evita la enfermedad física y psíquica. Dependen del ambiente exterior.

NECESIDADES FISIOLÓGICAAS

- Imprescindibles para la supervivencia
- Necesidades físicas: comer, beber, dormir, relaciones sexuales…
- Funcionamiento homeostático

NECESIDADES DE PROTECCIÓN Y SEGURIDAD

- Protección de peligros físicos y psíquicos
- Segundo motivo regulador de la conducta

NECESIDADES DE AFECTO Y ACEPTACIÓN

- Ser querido por los demás y pertenecer a un grupo
- Autorrealización

NECESIDADES DE VALORACIÓN

- Búsqueda de la autoestima
- Fundamento básico para la supervivencia psíquica

TEORÍA DE LAS MOTIVACIONES DE MASLOW

- **NECESIDADES DE CRECIMIENTO**: propias de la autorrealización. Aparecen una vez satisfechas las deficitarias.

MOTIVACIÓN EN EL ÁMBITO LABORAL

Mayor motivación

Motivaciones extrínsecas

- Sueldo
- Horario
- Ambiente

Motivaciones intrínsecas

- Curiosidad
- Desarrollo personal
- Retos

BENEFICIO A LOS DEMÁS: dar sentido a nuestro trabajo

Mayores resultados

Estrategias:

- Informar
- Formar
- Ayudar
- Proporcionar recursos
- Estimular iniciativas
- Delegar
- Distribución del trabajo
- Reconocimiento directo
- Aceptar sugerencias

MOTIVACIÓN EN EL ÁMBITO EDUCATIVO

Motivación → Relación entre alumno y entorno

Motivaciones extrínsecas

- Profesorado motivado y preparado
- Trato respetuoso
- Medios adecuados
- Grupo equilibrado
- Programa de estudios atractivo
- Familia comprometida
- Notas

Motivaciones intrínsecas

- Curiosidad por aprender
- Desarrollo personal
- Retos

Combinar la potenciación de motivos intrínsecos con la colaboración de los extrínsecos

ACORDAOS DE QUE NUNCA ALCANZARÉIS META MÁS ELEVADA QUE LA QUE VOSOTROS OS PROPONGÁIS, ASÍ QUE…

¡COMENZAD A SOÑAR!