**MOTIVACIJA**

**1. MOTIVIRANO OBNAŠANJE:**

Motivov ne moremo uresničiti, če se ne pojavi MOTIVIRANO OBNAŠANJE

* spodbujajo ga različne silnice
* usmerjeno je k različnim ciljem

**2. MOTIVACIJSKI DEJAVNIKI:**

lahko jih razdelimo na MOTIVACIJE POTISKANJA (potrebe, nagoni) & MOTIVACIJE PRIVLAČNOSTI (vrednote, ideali). So medsebojno povezane.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | MOTIVACIJA POTISKANJA: |  MOTIVACIJE PRIVLAČNOSTI: |
| **MOTIVI** | potrebe in nagoni(potreba po kisiku, hrani) | nek cilj hočemo doseči, vrednote, ideali (npr.: hočemo shujšati-da bi izgledali lepše) |

**MOTIVIRANO OBNAŠANJE** MOTIVACIJSKI CILJ | **SHEMA MOTIVACIJSEK SITUACIJE** |

 (npr.:lakota-MOTIV 🠢 si narediš za jest-MOTIVACIJSKI CILJ je dosežen)

**3. POTREBA:**

Definicija:

POTREBA JE STANJE NERAVNOSVESJA V ORGANIZMU, KI GA POVZROČI DOLOČENO POMANJKANJE ALI PRIMANJKLAJ.

POTREBA je stanje ne ravnovesja v organizmu, ki ga povzroči določeno pomanjkanje/primanjkljaj

|  |  |
| --- | --- |
| pomanjkanje snovi | pomanjkanje informacij |
| organske potrebe | psihološke potrebe |
| Ko začne potreba delovati, se pojavi težnja, da bi ta primanjkljaj nadomestili in uravnovesili- to je težnja po zadovoljitvi potrebe. Usmerimo se k objektom, ki omogočijo zadovoljitev potreb, k ustreznim motivacijskim ciljem.  |

VRSTE POTREB:

|  |  |
| --- | --- |
| ORGANSKE, FIZIOLOŠKE, BIOLOŠKE POTREBE: | PSIHOLOŠKE POTREBE/PSIHOSOCIALNE: |
| potreba po:

|  |  |
| --- | --- |
| * kisiku
* hrani
* spanju
* stalni
 | * ravnotežju soli
* osmotskem tlaku
* izogibanju bolečini
* spolnosti
* telesni temperaturi
 |

 | potreba po:

|  |  |
| --- | --- |
| * pozornosti
* spoštovanju
* ljubezni, redu
* ugledu
* samospoštovanju
 | * poklicnemu zadovoljstvu
* partnerstvu
* družinskemu življenju
 |

 |

ZADOVOLJEVANJE POTREB

1. NAGONSKO in SOCIALIZIRANO ZADOVOLJEVANJE POTREB:

|  |  |
| --- | --- |
| * nagonske potrebe imajo vsi ljudje
* ni odvisen od učenja in izkušenj
* vsi jih zadovoljujejo na enak način
 | * na socializirano zadovoljevanje potreb vpliva družba
* npr.: hranjenje, spolne potrebe
 |

2. HOMEOSTATIČNO in PROGRESIVNO ZADOVOLJEVANJE POTREB:

|  |  |
| --- | --- |
| * nastali primanjkljaj želimo izravnati in vzpostavili prejšnje,"enako"stanje
* ko potrebo zadovoljimo nimamo želje po še večji uspešnosti zadovoljevanje
 | ko potrebo zadovoljiš si takoj ponovno postaviš nek višji cilj, ki zopet predstavlja novo potrebo |

Slika 2. Progresivno zadovoljevanje potreb

POMEN MOTIVACIJE ZA UČENJE IN DELO

1. z motivacijo lahko premagamo pomanjkljivosti in smo uspešni:

* npr.: hočemo igrati instrument-se začnemo učiti igrati,gremo v glasbeno šolo 🠢 smo uspešnejši
* razen v primeru invalidnosti,…

2. lahko imamo sposobnosti, vendar nismo motivirani, ni uspeha:

* npr.:talentiran športnik,nama motivacije-ne trenira🠢ni uspešen

ZUNANJA MOTIVACIJA:

* + vir za motivacijo je v okolju (npr.: starši, učitelji)
	+ želimo se izogniti kazni in dobiti nagrado
	+ (npr.: učenec hoče imeti dobre ocene, se zato veliko učiš, da nebi dobil kazni, ampak pohvalo)

NOTRANJA MOTIVACIJA:

* + pri neki stvari smo motivirani, ker nas ta zanima (fakultativne dejavnosti,… tečaj plesa – nas ples zanima, se hočemo naučiti)
	+ je trajnejša in učinkovitejša
		- uspeh je najboljši pri kombinaciji obeh
		- zunanja motivacije je potrebna vsaj na začetku, da se nekdo začne ukvarjati z nečim, potem nastopi interes.
		- tekmujeno z:
	+ drugimi
	+ sami s sabo
	+ med skupinami
	+ doživljanje uspehov poveča motivacijo, poveča se interes
	+ poznavanje rezultatov vpliva na motivacijo

**4. SESTAVINE UČNE MOTIVACIJE:**

1. STORILNOSTNA MOTIVACIJA – težnja po doseganju uspeha.
	* relativno trajna osebnostna lastnost, ki je odvisna od vzgoje
	* **visoko storilnostno motivacijo** razvijejo otroci, ki jim starši stopnjujejo težavnost nalog (ko so obvladali eno, so dobili drugo, ki je bila težja)
	* **nizko storilnostno motivacijo** razvijejo otroci, ki se jim ni bilo potrebno turditi za neko stvar, starši niso imeli zahtev
	* če so zahteve staršev do otrok **previsoke**,se **razvije strah pred neuspehom**
2. NIVO ASPIRACIJ:
* stopnja bodočega dosežka, ki ga posameznik skuša doseči na osnovi poznavanja prejšnjih dosežkov
* npr.: na podlagi ocen v šoli se odločiš za nadaljnjo šolanje-gimnazija/srednja
* 4 elementi merjenja ravni aspiracije:
1. **zadnji dosežek** (pišeš 3) RAZLIKA V ASPIRACIJAH
2. **določitev ravni aspiracije**
3. **nov dosežek** (pišeš 5) RAZLIKA V DOSEŽKIH
4. **reakcija na nov dosežek**
* Raven aspiracije se po uspehu dvigne, po neuspehu se zniža. Nanjo vplivajo tudi osebnostne lastnosti.
1. RADOVEDNOST:
* gre za eksplorativni motiv, potreba po raziskovanju
* je splošna in univerzalna, še posebno pri malih otrocih
* **Hierarhija motivov (Maslow):**
1. Fiziološke potrebe

(so nujne da se bodo pojavile druge)

1. Varnost (po konstantnem okolju) Potrebe pomanjkanja
2. Ljubezen
3. Ugled (si zadotoviš položaj v družbi)
4. Samoaktualizacija (izpopolniš samega sebe) Potrebe bivanja
	* + po Maslowu imamo ljudje hierarhijo potreb, ki se razteza od nižjih potreb po preživetju in varnosti, do višjih potreb po samouresničevanju oz. samoaktualizaciji
		+ zadovoljitev nižjih potreb je pogoj, da se pojavijo višje, da človek realizira osebni potencial, aktivira svoje naravne danosti in jih uporabi
		+ primer: dobre ocene🠦potreba po ugledu
		+ primer izjeme: gladovna stavka

**5. ZAVESTNA IN NEZAVEDNA MOTIVACIJA:**

Slika 3. Trije nivoji: zavestni, prizavestni, nezavedni

NAGONSKO in RAZUMSKO DELOVANJE:

|  |  |
| --- | --- |
| **nagoni** in **čustva**- neukročena narava posameznika | **volja** in **razum** - kultivirana in civilizirana narava |
| \*\*\*\*\*\*\*\*\* | Freud je zatrjeval, da se je moralo človeštvo odreči nagonom, da je lahko zaživelo v skupnosti |
|  | Volja nam omogoči obvladovanje nagonov |
|  | S pomočjo volje se prilagajamo realnosti, nagonske potrebe (spolne in agresivne težnje) lahko zadovoljujemo na sprejemljiv način. |

Freud loči:

ID – ONO: struktura osebnosti s potlačenimi nagonskimi težnjami

EGO – JAZ: zavestni del osebnosti

SUPEREGO – NADJAZ: vsebuje ponotranjene moralne norme, notranja moralna pravila

* Človek se rodi kot nagonsko bitje. Njegovi nagoni naletijo na odpor v okolju. Nagone začne posameznik potlačevati. Razvije se struktura osebnosti s potlačenimi nagonskimi težnjami – ID.
* Sčasoma se oblikuje drugi del, zavestni del osebnosti – EGO.
* Kasneje se oblikuje še tretji del osebnosti SUPEREGO, ki vsebuje ponotranjene moralne norme. Ego se brani pritiskov ida in superega s potlačevanjem. Zaradi tega smo nezavedno motivirani.

PRIMARNI in SEKUNDARNI PROCES: (Freud loči:)

|  |  |
| --- | --- |
| * + - deluje na nivoju podzavesti
		- teži k takojšnjemu sproščanju nagonskih teženj
		- npr.: upiješ na nekoga, ki je kriv za nekaj, ker si nanj zelo jezen
 | * deluje na nivoju zavesti in upošteva pravila in norme
* npr.:nekoga žališ iz jeze ubiti, ampak ga NE!!!
 |

Z voljo:

* krotimo nagone
* nam omogoča, da z njo oblikujemo svoje lastne motive, cilje in namene
* da jih dosegamo, da izbiramo in odločamo o svojem življenju in o svojem osebnem razvoju
* zavestna volja je pomembna vsebina samodejavnosti
* nam omogoča razvoj, napredek, da svoje ustvarjalne cilje usmerjamo v konstruktivne