**MOTIVACIJA**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | |  | MOTIVACIJA POTISKANJA: | MOTIVACIJE PRIVLAČNOSTI: | | **MOTIVI** | potrebe in nagoni  (potreba po kisiku, hrani) | nek cilj hočemo doseči, vrednote, ideali (npr.: hočemo shujšati) |   **MOTIVIRANO OBNAŠANJE**  MOTIVACIJSKI CILJ | **SHEMA MOTIVACIJSEK SITUACIJE** |

(npr.: lakota-MOTIV  si narediš za jest-MOTIVACIJSKI CILJ)

**POTREBE:**

|  |  |
| --- | --- |
| ORGANSKE, FIZIOLOŠKE, BIOLOŠKE POTREBE: | PSIHOLOŠKE POTREBE/PSIHOSOCIALNE: |
| * potreba po kisiku, hrani, spanju, stalni telesni temperaturi, po ravnotežju soli, po osmotskem tlaku * po izogibanju po bolečini, po spolnosti | potreba po pozornosti, spoštovanju, ljubezni, redu, samospoštovanju, poklicnemu zadovoljstvu, partnerstvu, družinskemu življenju |

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

|  |  |
| --- | --- |
| pomanjkanje snovi | pomanjkanje informacij |
| organske potrebe | psihološke potrebe |

ko se pojavi ne ravnovesje, začne potreba delovati/nastane težnja po ravnovesju/želimo to potrebo nadomestiti

**Zadovoljevanje potreb:**

1. NAGONSKO in SOCIALIZIRANO ZADOVOLJEVANJE POTREB:

|  |  |
| --- | --- |
| * nagonske potrebe imajo vsi ljudje | * na socializirano zadovoljevanje potreb vpliva družba |
| * vsi jih zadovoljujejo na enak način |  |

2. HOMEOSTATIČNO in PROGRESIVNO ZADOVOLJEV. POTREB:

|  |  |
| --- | --- |
| ko potrebo zadovoljimo nimamo želje po še večji uspešnosti zadovoljevanja potrebe | ko potrebo zadovoljiš si takoj ponovno postaviš nek višji cilj, ki zopet predstavlja novo potrebo |

**Pomen motivacije za učenje in delo**

* z motivacijo lahko premagamo neke nezmožnosti/nesposobnosti in postanemo uspešnejši (razen v primeru fizičnih omejitev-invalidnost) (npr.: hočemo igrati instrument-se začnemo učiti igrati, gremo v glasbeno šolo  smo uspešnejši)
* če pa imamo sposobnosti in nimamo motivacije = nismo uspešni (npr.:talentiran športnik,nama motivacije-ne trenirani uspešen)

ZUNANJA MOTIVACIJA:

* + vir za motivacijo je v okolju
  + želimo se izogniti kazni in dobiti nagrado
  + (npr.: učenec hoče imeti dobre ocene, 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
* tekmujeno z:
  + drugimi
  + sami s sabo
  + med skupinami