



LA MOTIVACION

CATEDRATICO: PSIC. RITA ANGELICA MARIN DURÁN

HECHO POR: CARLOS FRANCISCO LEON GOMEZ
LICENCIATURA EN MEDICINA VETERINARIA Y ZOOTECNIA
UNIVERSIDAD DEL SURESTE

MOTIVACION

Es la acción y efecto de motivar. Es el motivo o la razón que provoca la realización o la omisión de una acción. Se trata de un componente psicológico que orienta, mantiene y determina la conducta de una persona.
(<https://www.significados.com/motivacion/>, s.f.)

TIPOS DE MOTIVACION

En Psicología se suelen distinguir entre dos tipos de motivación en función de dónde proceda el estímulo: motivación intrínseca y motivación extrínseca.
(<https://www.significados.com/motivacion/>, s.f.)

Motivación intrínseca

La persona comienza o realiza una actividad por incentivos internos, por el propio placer de realizarla. La satisfacción de realizar algo o que conseguirlo no está determinada por factores externos. Está relacionada, por lo tanto, con la autosatisfacción personal y la autoestima. Por ejemplo, hay personas que realizan ejercicio físico porque disfrutan de la actividad.
(<https://www.significados.com/motivacion/>, s.f.)

Motivación extrínseca

El estímulo o incentivo que mueve a una persona a realizar una actividad viene dado de fuera, es un incentivo externo y no proviene de la propia tarea. Funciona a modo de refuerzo. Por ejemplo, cuando una persona realiza ejercicio físico no por el mero hecho de disfrutar haciéndolo, sino por motivos sociales u otros.
(<https://www.significados.com/motivacion/>, s.f.)

Otros tipos de motivación

Motivación laboral

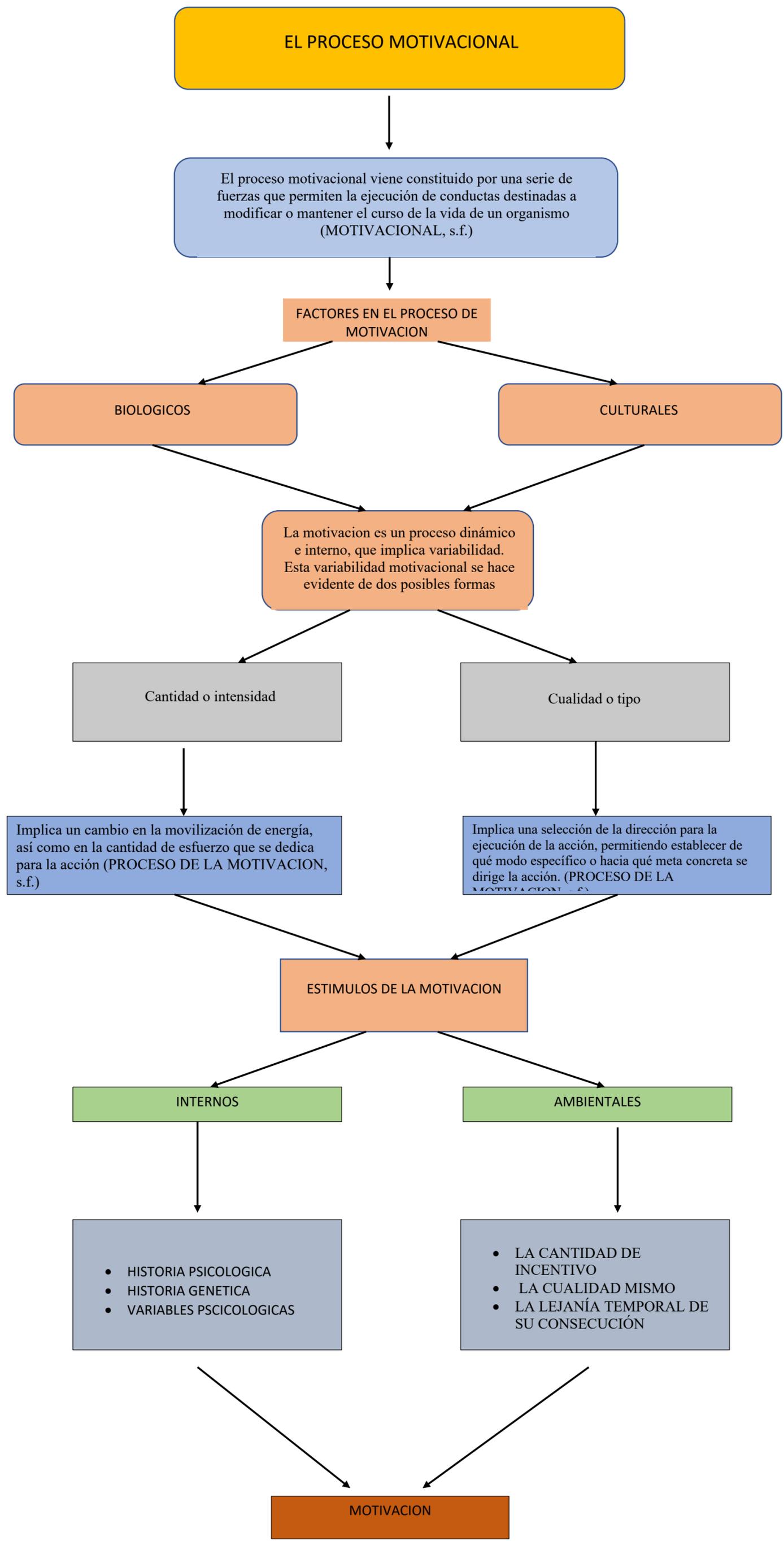
La motivación laboral es aquella que está relacionada con el ámbito de trabajo. Algunos ejemplos pueden ser la remuneración económica, los días de vacaciones, el status social y la propia realización y desempeño de la tarea. Es importante en este caso para la persona encontrar factores intrínsecos en el desarrollo de las tareas de un puesto de trabajo.
(<https://www.significados.com/motivacion/>, s.f.)

Motivación personal

En Psicología, existen diversas teorías que establecen y clasifican los elementos que mueven a una persona a realizar algo o dejar de hacerlo. En muchos casos la motivación de una persona viene determinada por necesidades, tal y como se establece en la llamada 'pirámide de Maslow'
(motivacion, s.f.)

Motivación deportiva

En el mundo del deporte, especialmente a un alto nivel, la motivación es fundamental, ya que en muchos casos para alcanzar determinados objetivos el cuerpo tiene que llevar a unos límites de esfuerzo enormes. La autosuperación, la competitividad y la recompensa que se puede obtener de conseguir una meta mueven en muchos casos a los deportistas (motivacion, s.f.)



Bibliografía

(s.f.). Obtenido de <https://www.significados.com/motivacion/>: <https://www.significados.com/motivacion/>

(s.f.).

(s.f.). Obtenido de <https://www.significados.com/motivacion/>: <https://www.significados.com/motivacion/>

<https://www.significados.com/motivacion/>. (s.f.). Obtenido de <https://www.significados.com/motivacion/>: <https://www.significados.com/motivacion/>

MOTIVACION. (s.f.). Obtenido de <https://www.significados.com/motivacion/>: <https://www.significados.com/motivacion/>

MOTIVACION. (s.f.). Obtenido de <https://www.significados.com/motivacion/>: <https://www.significados.com/motivacion/>

MOTIVACIONAL, E. P. (s.f.). *CLIC PSICOLOGOS*. Obtenido de <https://clicpsicologos.com/blog/el-proceso-motivacional/>

PROCESO DE LA MOTIVACION. (s.f.). Obtenido de <https://clicpsicologos.com/blog/el-proceso-motivacional/>

PROCESO DE LA MOTIVACION. (s.f.). Obtenido de <https://clicpsicologos.com/blog/el-proceso-motivacional/>