PROPÓSITO:

Guía No. 12: Qué es mejor, ¿La Motivación Intrínseca o La Motivaciópn Extrínseca?

Promover la interacción idónea, consigo mismo, con los demás, con la naturaleza, en los contextos escolar, familiar, social y laboral.

MOTIVACIÓN:



“Bienvenidos a PSIC-AUDIO. Hoy vamos a hablar: una paradoja sobre el comportamiento motivado, intrínseca vs extrínseca. Cuando recompensas a alguien de manera consciente, lo haces con la intención de reforzar ciertos comportamientos o actitudes. Esto es especialmente cierto en el caso de los niños. Sin embargo, hay un costo oculto de usar recompensas para influir en el comportamiento. Si empleas la motivación basada en recompensas, terminas socavando la motivación intrínseca que esa persona tiene para la actividad en la cual está involucrada. Este concepto intenta explicar por qué las personas son mas creativas cuando dibujan y escriben por placer (motivación intrínseca) que cuando lo hacen por un premio o ganancia económica 8motivación extrínseca). En otras palabras, estamos ante una paradoja. Aquí, las recompensas externas disminuyen el comportamiento motivado. Para explicar el efecto de los costos ocultos de las recompensas, tenemos que entender la diferencia entre ambos tipos de motivación. El comportamiento intrínsecamente motivado es lo que hacemos espontáneamente por placer o interés personal. Estas son cosas que hacemos en ausencia de cualquier tipo de recompensa, incentivo o control externo. En consecuencia, estas actividades no son el medio para un fin. Valen la pena en sí mismos. Por otro lado, la motivación extrínseca proviene de incentivos y consecuencias del entrono externo. Proviene de un contrato de comportamiento que dice, haz esto (comportamiento requerido) y obtendrás aquello (premio contingente). A primera vista, los comportamientos pueden parecer intrínsecos o extrínsecos. Pero la diferencia fundamental entre los dos reside en la fuente que energiza y dirige el comportamiento. Con la motivación intrínseca proviene de la satisfacción espontánea de la necesidad psicológica que la actividad proporciona. Con la motivación extrínseca, proviene de los incentivos y consecuencias externas. Interferencia en el aprendizaje: las personas dan recompensas porque esperan que aumente la motivación y el comportamiento, pero cuando das un recompensa , éste premio extrínseco interfiere con el proceso de aprendizaje. También se interpone en el camino de la autorregulación autónoma. Este es uno de los costos ocultos de las recompensas. Imagínese si los padres siempre recompensaran a sus hijos con dinero por obtener buenas calificaciones. Después de que esto suceda varias veces. El estudiante solo querrá memorizar información para aprobar. En otras palabras, no se sentirán intrínsicamente motivados para tener una comprensión conceptual del material. En cambio, estudiarán para obtener

algo a cambio. Las personas se sienten más creativas cuando están motivadas principalmente por el interés, el disfrute, la satisfacción y el desafío del trabajo en sí, mas que por presiones externas. En términos básicos, forzar e incentivar en exceso a alguien desencadena un cambio en el peso de las razones para llevar a cabo la tarea. Esto es cierto incluso cuando la recompensa es muy atractiva (como el dinero, por ejemplo). Las razones cambian de estar relacionadas con la autonomía estar relacionadas con el medio ambiente. Recompensas esperadas y tangibles: Las recompensas esperadas socavan la motivación intrínseca. Las recompensas inesperadas, sin embargo, no lo hacen. Los costos ocultos de las recompensas se acentúan mas o menos dependiendo de la naturaleza del refuerzo. Las recompensas tangibles ejercen una forma de control sobre el comportamiento. Ejemplos de esto son dinero, premios y trofeos. Los usamos con frecuencia en diferentes contextos (familia, trabajo, escuela) para alentar a las personas a hacer cosas que de otra manera no harían. Según numerosos estudios, las recompensas tangibles inesperadas y no contingentes no afectan negativamente la motivación intrínseca. No aumentan la motivación intrínseca ni la reduce…"

EXPLICACIÓN:

Debemos aclarar que ni la motivación extrínseca o la intrínseca son "malas" per se, sino que dependerá de lo presentes que estén en la vida de cada persona, el contexto de la misma y su situación psicológica y personal. La motivación extrínseca está impulsada desde el exterior, ya sea por la fuerza del premio o bien por la fuerza del posible castigo (p. ej., aquel estudiante que empieza a estudiar la noche de antes por miedo a suspender y tener que pagar una tasa más elevada de créditos académicos). En estos casos, el sujeto se puede ver a sí mismo haciendo algo que no le guste simplemente por la recompensa (pensemos en todas aquellas personas que realizan un trabajo que no les motiva intrínsecamente por la recompensa económica). Este tipo de motivación está disponible en la sociedad entera, incluso el sistema educativo está extrínsecamente motivado. El gran hándicap de esta motivación es que no puede satisfacer la necesidad de autodeterminación. Por ello es necesario el desarrollo y cambio desde lo extrínseco a lo intrínseco, lo cual es posible haciendo que el sujeto alcance niveles de autonomía en la tarea que realiza y ofreciendo un contexto o ambiente que facilite las relaciones interpersonales. Un ejemplo muy claro de esta última reflexión es empezar a educar a los niños fomentando su autonomía y autorrealización por el proceso en sí (lo intrínseco) en vez de centrarnos únicamente en los premios/castigos extrínsecos para que lleven a cabo las tareas.

EJERCICIOS:

1. Adquirir la guía; 2. Pegar la guía en el cuaderno.

3. Observar el video recomendado en la guía.

4. ¿Qué opinión le merece el tema? Explique brevemente.

5. En su opinión, ¿Cuál es mejor? Intrínseca o Extrínseca. ¿Por qué?

6. Realizar un dibujo a todo color relacionado con el tema de la guía.

EVALUACIÓN:

1. Trabajo en clase (1 punto); 2. Cuaderno al día (4 puntos); 3. Sustentación (2 puntos); 4. Orden en el puesto de trabajo (1 punto); 5. Actitud ante la clase (1 punto); 6. Adquisición de la guía (1 punto).

Total: 10 puntos.

BIBLIOGRAFÍA:

https://psicologiaymente.com/psicologia/motivacion-intrinseca