

# MOTIVACIJA

doc.dr Ana Vesković

# Motivacija i srodni pojmovi

**Motivi** su unutrašnji činioci koji pokreću na aktivnosti ka nekim objektima, koji upravljaju aktivnostima i usmeravaju ih radi ostvarenja određenih ciljeva.

Izvori motiva su potrebe.

**Potreba** je nedostatak nečega.  
Ne mora da dovede do aktivacije organizma.

Razlikuju se:  
biološke potrebe –nedostatak nečega u organizmu;  
psihološke potrebe –nedostatak nečega na psihološkom planu;

# Motivacija i srodni pojmovi

## Nagon →

ako usled javljanja potrebe dođe do aktiviranja organizma.

**Nagon** je svesno doživljena potreba.

## Podsticaji →

objekti i situacije koje izazivaju javljanje motiva (nagrade i pohvale).

**Nesvesna motivacija** → ukoliko čovek nije svestan uzroka svojih postupaka govorimo o nesvesno motivisanoj aktivnosti.

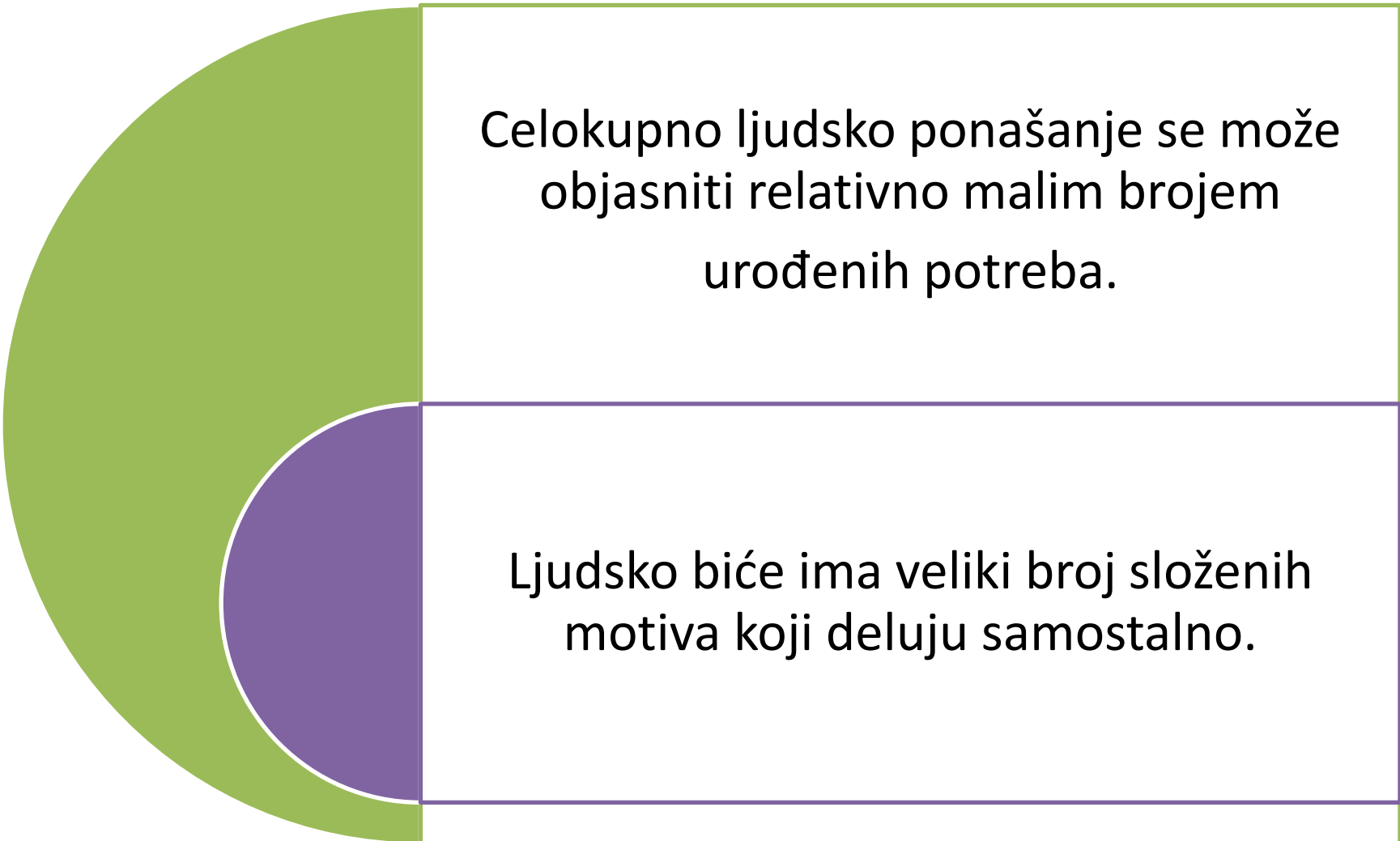
# Klasifikacija motiva

**Personalni (lični)** motivi koji počivaju psihološkim potrebama i usmereni su na razvoj i interese sopstvene ličnosti.

**Biološki** motivi koji počivaju na telesnim potrebama.

**Socijalni** motivi koji počivaju na psihološkim potrebama, a za čije je ostvarenje potreban kontakt sa drugim ljudima i koji su zajednički većem broju ljudi.

# Shvatanja o ljudskoj motivaciji



Celokupno ljudsko ponašanje se može objasniti relativno malim brojem urođenih potreba.

Ljudsko biće ima veliki broj složenih motiva koji deluju samostalno.

# Biološke potrebe i motivi

***Motivacioni ciklus***  
*u organizmu se*  
*neprekidno odvija*  
*proces naizmeničnog*  
*uspostavljanja i*  
*narušavanja*  
*ravnoteže*



# Motivi gladi i žeđi

Počivaju na nedostatku određenih hemijskih materija u organizmu




Veoma snažni motivi →  
kad nisu zadovoljeni dobijaju prioritet nad ostalim motivima.



Postoji više vrsta gladi →  
prema tome za kojim vrstama hranljivih materija organizam ima potrebe.

# Materinski motiv



Ovim terminom se obuhvataju dva motiva:

Predmaterinski (želja da se imaju deca) i poslematerinski (motiv da se brinemo o već rođenoj deci).

Poslematerinski motiv je urođen i veoma snažno deluje na aktivnost.

Istraživanja na životinjama pokazuju da pod određenim uslovima materinski motiv ima prioritet u odnosu na sve ostale motive.



# Seksualni motiv

Fiziološku osnovu seksualnog motiva predstavlja funkcionisanje endokrinih žlezda, posebno polnih žlezda (gonada) i hipofize.

U jednakom stepenu zavisi i od psiholoških faktora.

Kod ljudi je ispoljavanje i zadovoljenje seksualnog motiva veoma složeno i pod jakim je uticajem socijalnih faktora.

Seksualni motiv je osnova za složeno osećanje ljubavi u partnerskim odnosima.

# Ostale biološke potrebe i motivi

Neki od njih se zadovoljavaju automatski i bez svesnog angažovanja čoveka, zato i ne postaju motivi:

- ✓ Potreba za određenom temperaturom;
- ✓ Potreba za kiseonikom;
- ✓ Potreba za izlučivanjem suvišnih materija;
- ✓ Potreba za izbegavanjem bola;



- ✓ Potreba za spavanjem i odmorom;
- ✓ Potreba za aktivnošću i angažovanjem. stanje neaktivnosti i mirovanja nije prirodno i organizam teži da ih se oslobodi;
- ✓ Interesovanje za nove stvari i motiv radoznalosti;

# Socijalni motivi

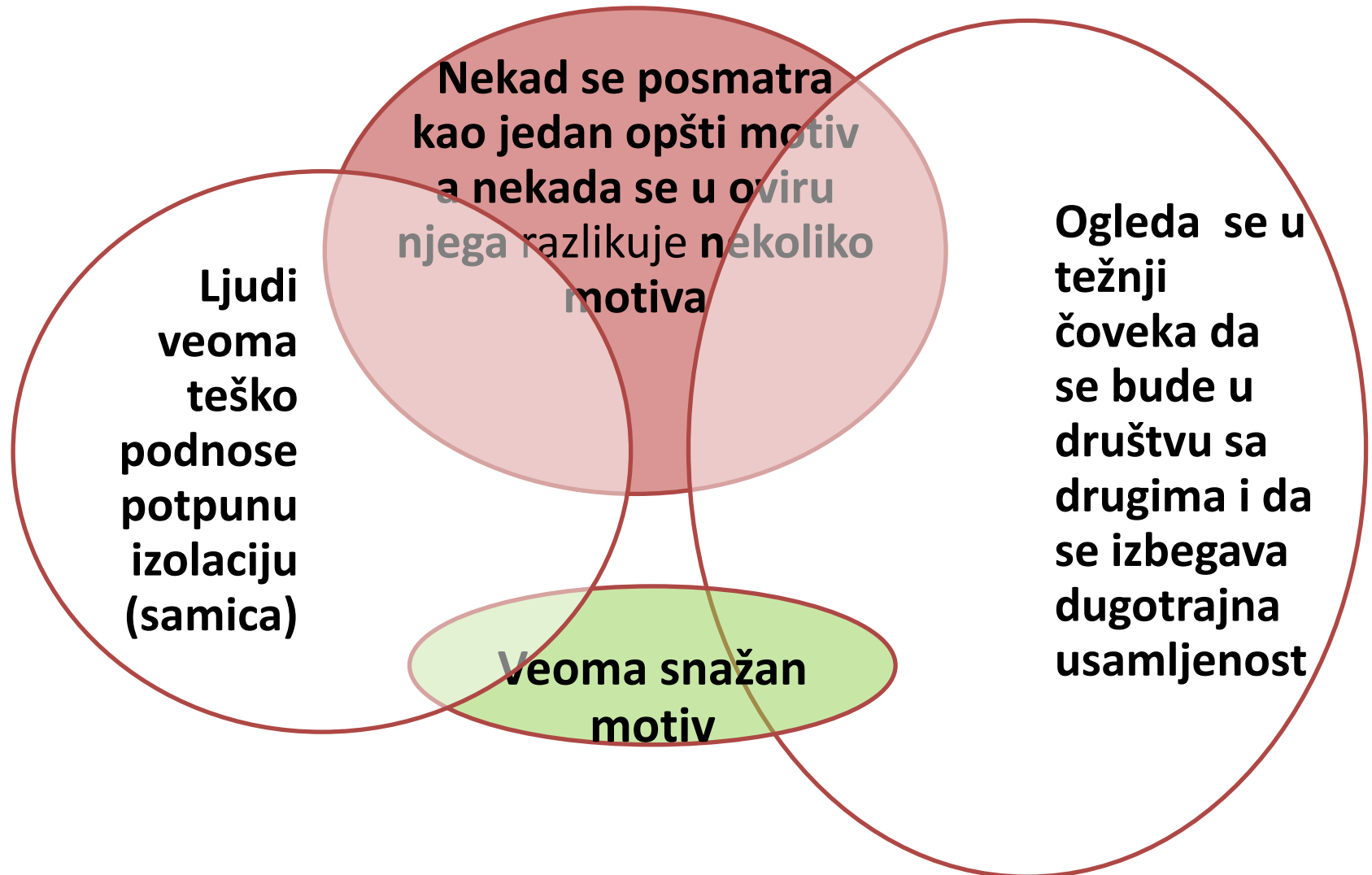
Socijalni uslovi u kojima osoba živi mogu uticati na motivaciju na dva načina:

**Socijalizacija bioloških potreba određivanje načina na koji ćemo zadovoljiti svoje biološke motive**

**(npr. gde ćemo jesti, kada ćemo jesti, šta ćemo jesti...).**

**Društvena sredina utiče na javljanje i na razvoj novih motiva** koji se mogu zadovoljiti samo neposrednim kontaktom sa drugim ljudima ili pretpostavljaju postojanje društva.

# Motivi za društvom



# Motivi za društvom

- **Gregarni** motiv težnja da se bude u prisustvu drugih osoba.



- **Afilijativni** motiv želja da se bude u neposrednom kontaktu sa drugim osobama.

- **Motiv za afektivnom vezanošću** potreba da se bude u bliskom emotivnom odnosu sa drugim osobama, da volimo i budemo voljeni.

- Eskperiment sa plišanom i sa žičanom lutkom (Harlov).

- Određena psihološka stanja i uslovi mogu da pojačaju ili oslabe ove motive (Šahterov eksperiment).



# Opšti personalni motivi

**Socijalni motivi za čije je zadovoljenje neophodno postojanje drugih ljudi, ali su pre svega usmereni na vlastitu ličnost.**

**Motiv za samopotvrđivanjem** težnja pojedinca da ga prizna sredina u kojoj živi;

**Motiv za prestižom** težnja pojedinca da se istakne ispred ostalih u svojoj sredini;

**Motiv za moći** ili za dominacijom;

**Motiv za postignućem** težnja da se postigne uspeh u nekoj aktivnosti;

**Motiv za samostalnošću** težnja da budemo samostalni, da imamo slobodu odlučivanja, da budemo nezavisni od drugih;

**Motiv za samoaktualizacijom** i stvaralaštvom težnja da čovek ostvari svoje mogućnosti;

# Agresivnost

**Sklonost da se napadnu drugi ljudi (fizički ili rečima), težnja da se nanese šteta drugim ljudima**

Treba razlikovati agresivnost kao motiv od agresije kao odbrambene reakcije.

Različiti stavovi o tome da li je agresija urođena ili stečena.

Važno je utvrditi uslove pod kojim se razvoja agresivnost: vaspitanje, reagovanje sredine na ispoljenu

agresivnost, trpeljivost prema agresivnosti, oponašanje odraslih, verovanje da nećemo biti kažnjeni za ispoljenu agresivnost, itd.

Uticao prikazivanja agresivnosti preko sredstava masovne komunikacije zavisi od mnogih faktora.

**Katarza** – oslobađanje od vlastitih agresivnih impulsa posmatranjem prikazane agresivnosti ili ispoljavanjem svoje agresivnosti.



# Agresivnost

Sklonost da se napadnu drugi ljudi

ljudi  
da se  
ljudi

Agresivnost, trpeljivost prema

**Da li se uvek dolazi do katarze kada se posmatra ispoljavanje agresivnosti drugih osoba?**

naslih,  
njeni

**NE!**

Treba  
motiv  
odbra

**Do negativnog uticaja posebno dolazi ako osobe koje su prikazane da ispoljavaju agresiju nisu kažnjene za svoju agresivnost.**

sti

Različ  
agres

**Ako nije tako, prikazana agresivnost može dovesti do povećanja agresije.**

h

stitih

Važno je utvrditi uslove pod kojim se razvoja agresivnost: vaspitanje, reagovanje sredine na ispoljenu

agresivnih impulsa posmatranjem prikazane agresivnosti ili ispoljavanjem svoje agresivnosti.



# Moralna svest

Moralna svest je uverenje o tome šta je dobro i ispravno, tendencija da se u skladu sa tim uverenjem postupi i emocionalnim doživljajima vezanim za te postupke.

Razvija se čitavog života.

Dva stupnja u razvoju moralnosti (Pijaže):



**Heteronomna** → moralno je ono što treba uraditi



**Autonomna** → lična uverenja o tome šta je ispravno, a šta ne

# Proces procene cilja



**kada pojedinac stekne iskustvo da različite situacije i različiti objekti mogu da zadovolje motiv, on onda vrši izbor. Neke objekte i situacije prihata kao cilj, a neke druge ne.**

# Nivo aspiracije

- ✓ Razlika u dostupnosti ciljeva koji ljudi sebi postavljaju.
- ✓ Vodimo računa da budu dovoljno teški da bi njihovo zadovoljenje dovelo do osećanja uspeha ali ne suviše teške da ne bi došlo do neprijatnosti i neuspeha;
- ✓ Šta za osobu znači uspeh, zavisi od uspeha i neuspeha u ranijem obavljanju istih zadataka. Uspeh podiže, a neuspeh snižava nivo aspiracije;
- ✓ Ako se upoređujemo sa nekim koga smatramo manje vrednim i sposobnim od sebe, a ta osoba postiže uspeh i izabranoj aktivnosti, tada ćemo podići nivo aspiracije;



# Nivo aspiracije

- ✓ Nivo aspiracije zavisi od opšteg nivoa aspiracije u datoj sredini;
- ✓ Postoje znatne individualne razlike
  - neki ljudi usled straha od neuspeha postavljaju ciljeve koj su niži od njihovih mogućnosti:
  - drugi ljudi precenjuju svoje mogućnosti i postavljaju teže ciljeve nego što su u stanju da ostvare;



# Hijerarhija motiva

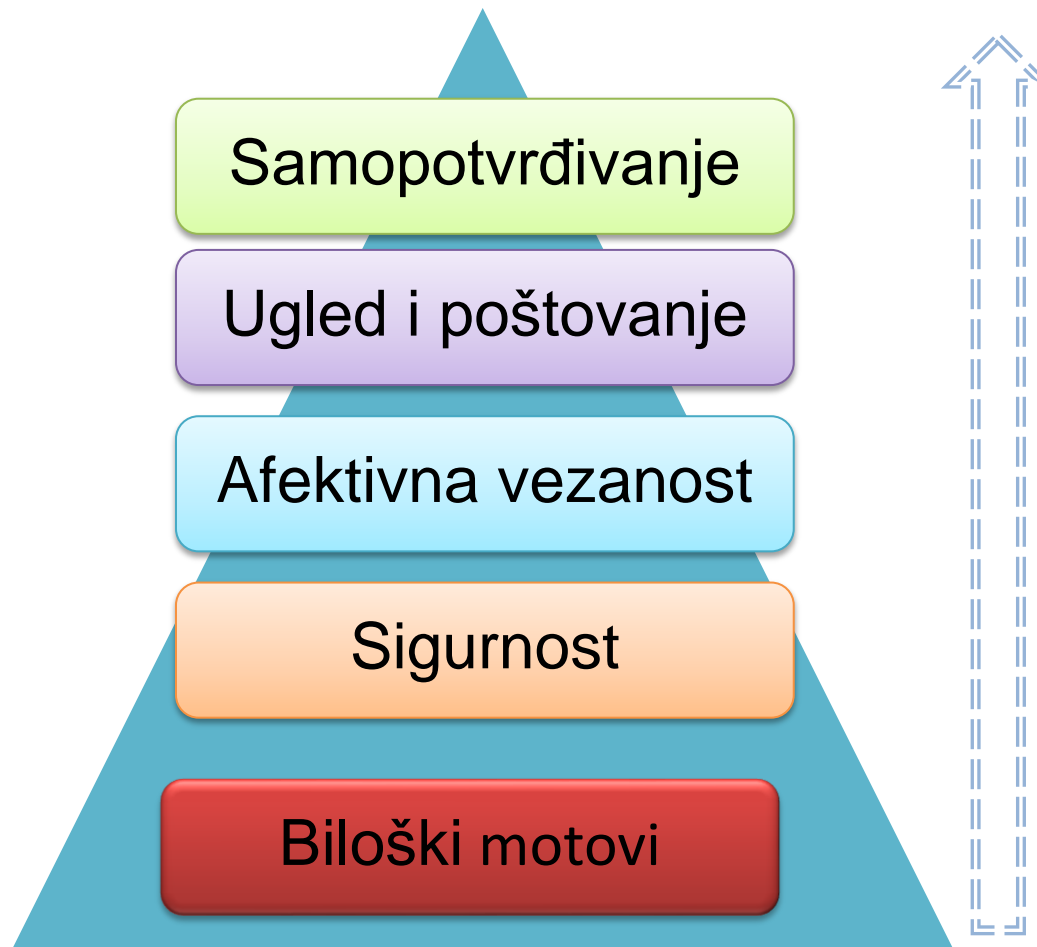
Ljudsko ponašanje je gotovo uvek mnogostruko određeno većim brojem motiva.

Ponekad zadovoljenje jednog motiva zahteva odricanje od ostalih motiva.

Dominantni motiv onaj koji je u nekom trenutku najjači.

Motivi se zadovoljavaju određenim redosledom. Taj redosled važnosti motiva naziva se hijerarhija motiva.

# Maslovljeva hijerarhija motiva



# Zadovoljenje motiva

Zadovoljenje motiva ima različite posledice na ponašanje ljudi:

- ✓ **Oslobađa napetosti;**
- ✓ Otvara prostor za **javljanje novih motiva** i postavljanje **novih ciljeva;**
- ✓ Zadovoljenjem motiva **menja** se njegova **snaga** i **značaj** za ponašanje;
- ✓ **Zasićenost motivima** – efekat čestog i lakog zadovoljenja nekog motiva može da bude prestanak težnje za njegovo zadovoljenje.



# Frustracije

**Frustracije**  
→ sprečavanje,  
osujećivanje  
zadovoljenja motiva.

**Frustraciona tolerancija**  
→ otpornost prema  
neuspehu tj.  
sposobnost da se  
suočimo sa situacijom  
koja dovodi do  
osujećenja u  
zadovoljenju motiva  
veoma važan faktor  
mentalnog zdravlja.



# Frustracije

**Prepreke kao izvori frustracije mogu biti:**



**Objektivne, fizičke prirode** – spremili smo se da idemo u šetnju – pokvarilo se vreme.



**Socijalne** – prepreke su ljudi i njihova shvatanja – roditelji zabranjuju ćerki da trenira borilačke sportove.



**U ličnosti** – to su sukobi motiva i koje nazivamo konfliktima. To su najčešći izvori.

# Konflikt dvostrukog privlačenja

Situacija u kojoj treba da se opredelimo između dva cilja koja nas podjednako privlače (Buridanov magarac).

Čak i kada se opredelimo za jedan cilj, veoma često se javlja kajanje zašto nismo izbrali onaj drugi.



# Konflikt dvostrukog odbijanja

Situacija u kojoj treba da se opredelimo između dva cilja koja su nam podjednako neprijatna.

Čim se odaljimo od jedne situacije, približavamo se drugoj.

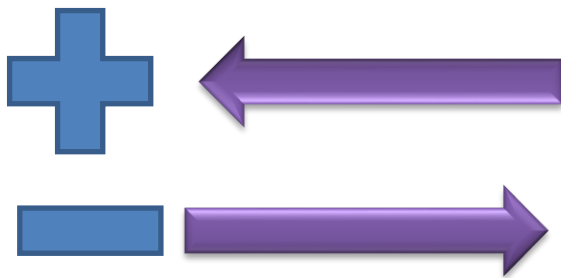
Veoma težak konflikt, ponekad osoba beži iz ovakve situacije (alkohol, bolest...).



# Konflikt privlačenja i odbijanja (ambivalencija)

Javlja se kada nas jedan cilj u isto vreme privlači i odbija.

Najteži oblik konflikta, veoma teško se rešava.



# Reagovanje na frustracije – realističko i nerealističko

**Realistično**

**Menjamo način ostvarivanja cilja.**

**Ponovo pokušavamo da ostvarimo cilj ulažući više napora.**

**Nalazimo neki lakše ostvarljiv cilj.**

**Zemena prvobitno postavljenog cilja drugim ciljem koji manje-više može da zameni prvobitno postavljeni.**

**Nerealistično →**  
nesvesno traženje različitih načina da pred sobom i drugima prikrijemo neuspeh. Tada frustracija ima negativne posledice.

# Posledice frustracija – pozitivne i negativne



**Pozitivne** → razvoj ličnosti  
(upornost, kreativnost,  
metodičnost, sticanje novih  
veština...)



**Negativne** → najčešće se dešavaju  
kada su ciljevi važni, a frustracije  
jake.

# Negativne posledice frustracija



**Javljanje agresivnosti** –često se ne ispoljava prema stvarnim izvorima frustracije, već se pomera na pogodne osobe i situacije.



**Dezorganizovano** ponašanje –kruto, rigidno i nesvrshodno ponašanje, pokušavanje da se problem reši na isti način.



**Anksioznost** –osećanje nespokoјstva, nesigurnosti, straha...

# Negativne posledice frustracija

**Mehanizmi odbrane** – učestalo korišćenje. Služe odbrani samopoštoavnja.

Nisu reakcija na nesupek već na anksioznost izazvanu nespehom.

Javljaju se kao reakcija na anksioznost koja nastaje kao posledica frustracije.

Nema svesne namere da se koriste. Čovek ni ne zna da ih koristi.

Svi ih koristimo u izvesnoj meri, tek kad postanu veoma čest način reagovanja govorimo o poremećaju.



# Racionalizacija

Konstruisanje nepostojećih, lažnih razloga za svoje ponašanje. Osoba veruje da su ti iskonstruisani razlozi ponašanja zaista motivi njenih postupaka.

“Kiselo grožđe”  
osoba navodi da cilj koji je želela da ostvari i nije bio toliko važan.



“Sladak limun” –  
vrednost postignutog cilja je mnogo uvećana.



# Identifikacija, projekcija, maštanje i sanjarenje

- **Identifikacija** – poistovećivanje sa drugima da bismo bili u stanju da u uspehu drugih videli i sopstveni uspeh. Kada za motive koje nismo mogli ostvariti tražimo zadovoljenje u ostvarenju drugih.
- **Projekcija** – pripisivanje sopstvenih misli, želja i osećanja drugim osobama, obično negativnih
- **Maštanje i dnevno sanjarenje** – onda kada svoje želje i motive umesto da ih zadovoljavamo u realnom životu zadovoljavamo zamišljanjem da su ostvareni.



# Potiskivanje, regresija, kompenzacija

**Potiskivanje (represija) –ogleda se u potiskivanju neprihvatljivih želja, osećanja, misli u nesvesni deo ličnosti. Osnova je svih drugih mehanizama odbrane.**

**Potisnuti se ispoljavaju kroz snove, omaške u govoru, različita ponašanja.**

**Regresija –vraćanje na ranije, razvojno prevaziđene oblike ponašanja.**

**Kompenzacija –zamena ciljeva koje je teško ostvariti onima koji su lako ostvarljivi. Ona je mehanizam odbrane samo kad osoba nije svesna te zamene.**

# Sublimacija

**Sublimacija** – Ostvarivanje neprihvatljivih želja na društveno prihvatljiv način.



# Voljna radnja

Delovanje sa **svesnom namerom** je posebna karakteristika ljudske aktivnosti.

**Voljna radnja** – one aktivnosti koje se preduzimaju prema unapred zamišljenim i prihvaćenim ciljevima.

## Karakteristike

- Znanje o ciljevima koji se radnjom nameravaju ostavriti;
- Znanje o mogućnotim ostvarenja ciljeva – uverenost da ulaganjem napora možemo postići cilj. Ako takve uverenosti nema imamo samo želju;
- Prihvatanje određenog cilja kao akcije – izvođenje aktivnosti bez prinude.