



# Motivación

## Nota técnica para profesores

### Justificación del Tema

La motivación es muy importante en el aprendizaje de los alumnos. Según muchos autores la motivación es la fuerza más influyente en el proceso de formación y de educación de cualquier persona.

El profesor tiene como una de sus principales tareas, si no, la principal, motivar al mayor número de alumnos y en el mayor grado posible; y esto no es una tarea imposible si se tienen en cuenta algunos requisitos básicos que analizaremos en esta nota.

### Objetivos de la nota

- Reconocer la motivación como parte esencial del aprendizaje.
- Identificar lo que ayuda a la motivación del estudiante y lo que la dificulta.

### Puntos sobre los que reflexionar

- ¿El diseño docente de la asignatura ayuda a la motivación del estudiante?
- ¿Conozco el grado de interés y motivación de mis alumnos?
- ¿Qué puedo hacer para aumentar su motivación?

---

## ¿Qué es la motivación?

La motivación en la asignatura la podemos definir como el empeño que el estudiante se siente movido a poner para lograr los objetivos del aprendizaje previstos.

### Varias teorías y mucha discusión

El estudio científico de la motivación está cargado de complejidad. Las dificultades comienzan en la misma definición del término y en la compleja red de terminología que hay alrededor de este tema.

También hay diferentes teorías sobre la motivación, algunas de ellas con visiones opuestas de cuáles son las principales fuerzas motivacionales. En tratados especializados se puede encontrar información sobre las distintas y variadas propuestas que se han hecho, pero la realidad es que poderosas teorías sobre la motivación que hace unos decenios gozaban de aceptación generalizada, posteriormente se han visto desechadas o muy criticadas y hoy muchos autores prefieren los análisis parciales de distintos componentes de la motivación en vez de las grandes teorías generalistas.

Pero, a pesar de la confusa apariencia del tema, la realidad es que hay evidencias importantes de que la motivación es real y que está favorecida por unos factores y dificultada por otros.

## Las personas somos motivadas por factores distintos

Las distintas personas nos vemos motivadas por diferentes factores y no se puede hablar de motivaciones generales que sirvan para todas las personas por igual.

Por esto se suele hablar de que cada persona tiene un perfil motivacional específico propio. Dentro de los factores que nos motivan a cada uno, hay algunos que se consideran principales al ser los más influyentes y que permanecen relativamente estables, al menos durante un tiempo, aunque lo normal es que vayan evolucionando, en mayor o menor medida con el paso del tiempo.

A las personas nos resulta difícil identificar con precisión lo que nos motiva, y aunque creamos tener una idea de cuáles son esos factores, los estudios indican que esas apreciaciones personales no son, en general, muy de fiar.

### 1. ¿De qué depende la motivación?

La motivación es dependiente de:

- Factores personales (personalidad, carácter, creencias).
- Factores sociales (cultura, grupos de identificación).

Es decir, se ve afectada tanto por factores genéticos como por factores ambientales. Entre las influencias más determinantes están.

#### Influencias culturales

Son influencias muy fuertes y determinan incluso estilos motivacionales distintos. Cuando se estudian las sociedades se puede comprobar que hay algunas que fomentan el individualismo mientras otras favorecen el colectivismo. En las primeras, el éxito o el bienestar personal juegan un papel motivacional muy importante en las personas mientras en las culturas colectivistas lo que motiva es la adscripción a los valores del grupo.

En algunos individuos la influencia cultural puede ser causa de rechazo y son personas que reaccionan ante la presión de sus sociedades abrazando los valores contrarios a la cultura dominante en la que vive.

#### Influencias del grupo social

En la motivación es importante la comparación con los otros o con lo que se considera “normal” o el actuar movido por lo que los amigos o el grupo social determina es muy frecuente, especialmente entre los adolescentes. Esto es debido a que elegir e identificar las propias motivaciones es difícil y con frecuencia, aunque la persona piense que es capaz de identificar sus fuentes de motivación, en realidad, se engaña.

#### Influencia de las emociones

Las emociones son respuestas a los estímulos del ambiente. Se imponen de forma inevitable, al menos en su primera manifestación espontánea. Son muy subjetivas e interfieren de forma importante en la motivación. Como no son fuerzas fiables, una de las tareas de la educación es promover que la persona aprenda a controlar y gestionar su emotividad.

## **Ansiedad y aburrimiento**

Tanto la respuesta ansiosa como el aburrimiento tienen una importante incidencia en debilitar la motivación por una tarea de aprendizaje. La reacción normal ante las dos es buscar otras tareas alternativas que gustan más o que relajan. Son fuente importante de distracción.

## **1. Motivación intrínseca y extrínseca**

Las distintas personas nos vemos motivadas por diferentes factores y no se puede hablar de motivaciones generales que sirvan para todas las personas por igual.

Las motivaciones intrínsecas son las que se producen en la interioridad de la persona: placer de conocer, satisfacción de dominar una habilidad difícil, etc. Son las que tienen más fuerza motivacional y soportan mejor las dificultades y los reveses.

Las motivaciones extrínsecas son las recompensas que proceden de fuera por la tarea realizada: un premio (o el evitar un castigo), un ascenso, unas buenas calificaciones, etc.

Las dos fuentes de motivación coexisten normalmente en la misma persona.

Aunque las motivaciones intrínsecas son más fiables y duraderas, las motivaciones extrínsecas son también muy válidas, especialmente ante tareas repetitivas y aburridas, pero hay que usarlas con cuidado porque pueden dañar a las motivaciones intrínsecas cuando quitan sentido y valor y lo trasladan al premio o al castigo.

En el ámbito de la educación, las motivaciones extrínsecas (calificaciones, premios, etc.) suelen favorecer el aprendizaje superficial y tácito, mientras que las motivaciones intrínsecas (Deseo de conocer, capacidad de superar retos o desafíos, etc.) están más relacionados con los aprendizajes profundos.

Para usar bien las **motivaciones extrínsecas** conviene tener en cuenta que:

- Es mejor que recompensen procesos que no resultados.
- Deben fomentar la autonomía de las personas.
- No es bueno que estén asociadas automáticamente a una tarea, sino que si una tarea se hace bien habitualmente, conviene que tenga un premio de vez en cuando pero no siempre.

Las **motivaciones intrínsecas** se refuerzan cuando las tareas:

- Tienen finalidades altruistas (servir o hacer el bien a otros) o trascendentales (motivos espirituales o religiosos).
- Se percibe que la tarea es apreciada por otros.
- Se logra ejercitando habilidades o capacidades difíciles.
- Se ejercitan con autonomía y con una cierta capacidad de decisión.

## 2. Acciones docentes que motivan

En la planificación de las tareas docentes hay que tener en cuenta que muchos estudiantes se sentirán motivados cuando tienen éxito al hacer una tarea difícil o cuando pueden elegir, al menos en parte, el trabajo que van a hacer y la forma de hacerlo.

Pero sin olvidar que se resentirá su motivación intrínseca si el alumno fracasa repetidamente en esa tarea o vive con mucha ansiedad al tener que elegir. Por esto, la prudencia en proponer acciones docentes bien equilibradas (ni muy fáciles, ni muy difíciles; ni impuestas ni demasiado abiertas) es esencial cuando se intenta ayudar a que mejoren las motivaciones de los estudiantes.

El asesoramiento al estudiante y las muestras de afecto y cercanía para ayudarle a encajar los fracasos y para que haga las opciones adecuadas son importantes para reforzar la motivación.

## 3. La motivación es fundamental en el aprendizaje

Que el estudiante esté motivado es considerado por muchos autores como lo más influyente en la educación y aprendizaje.

Es una misión clave del profesor poner todos los medios a su alcance para motivar a sus alumnos.

Como profesores nos interesa saber qué suele motivar a los estudiantes, cómo podemos ayudarles a que ellos mismos mejoren su motivación y qué medios podemos poner en nuestra docencia para facilitar esa motivación.

### Qué motiva al estudiante

Generalmente actuamos influidos por varios objetivos simultáneos. Un estudiante puede querer obtener un título, aprender, hacer amigos, demostrar a otras personas su valía e inteligencia, afianzar su independencia, pasarlo bien... y todo a la vez y sin una idea clara de qué es lo que más le interesa y lo que más le mueve.

Entre los tipos de motivación que actúan sobre los estudiantes están:

1. El interés por lograr un título o una formación que capacita profesionalmente y que permite ocupar un lugar en la sociedad.
2. La satisfacción personal que produce la obtención de buenos resultados y la superación de dificultades.
3. El conocer y hacerlo en profundidad.
4. El gusto de responder a curiosidades, desafío o retos que representan las materias.
5. El tener la consideración positiva de los amigos, la familia, los profesores o el grupo social cuando se obtienen buenos resultados.
6. La confianza en las recompensas económicas o materiales que sus estudios le producirán en el futuro y, en algunos casos, también en el presente.

La capacidad intelectual alta y la facilidad para el aprendizaje influye de forma importante en la motivación; pero también son importantes otros rasgos del carácter como son la capacidad de soportar el fracaso, la confianza en uno mismo y la tenacidad.



<p>La motivación se ve favorecida por:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● La confianza del estudiante en que tiene capacidad suficiente para aprender lo que se le exige.</li> <li>● La sensación de que posee el control sobre la tarea que tienen que hacer, al menos en parte.</li> <li>● El comprender el interés de lo que está estudiando.</li> <li>● El sentir que sus intereses y tareas coinciden con los del grupo de personas con el que se identifica.</li> </ul>	<p>Y suele ser dificultada por:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Carencia de habilidades básicas en algunas áreas.</li> <li>● fracasos repetidos en una materia.</li> <li>● Falta de optimismo y constancia y fragilidad ante el fracaso.</li> <li>● Dudas sobre los estudios elegidos.</li> <li>● Desajustes personales, familiares y sociales; como por ejemplo, poca integración con sus compañeros de clase, problemas en la familia, mala relación con algún profesor, etc.</li> </ul>
---	---

No es infrecuente que el mismo estudiante tenga una motivación muy distinta ante diferentes asignaturas o profesores. Ante algunos puede estar motivado positivamente mientras que puede estarlo muy negativamente por otros.

### Enseñar a cultivar la motivación

Para el estudiante es importante saber gestionar bien sus recursos motivacionales para poder mantener el esfuerzo, recuperarse de los fracasos, gestionar los inevitables vaivenes, aumentar las motivaciones intrínsecas, etc.

Una tarea importante para el profesor es ayudar en la medida de lo posible a sus alumnos a que desarrollen y fortalezcan estrategias motivacionales como:

- El deseo de ser consecuente con los propósitos que se han hecho.
- El conocimiento propio y la reflexión sobre los motivos de nuestras actuaciones.
- La identificación y el enriquecimiento de los intereses personales.
- La selección del entorno y de los aspectos ambientales que nos afectan (compañía, entorno físico, etc.).
- La capacidad de ver y resaltar los beneficios que se conseguirán en el futuro con los esfuerzos actuales en algún campo (estudio, salud, carácter, etc.).

Las actividades de metacognición y metamotivación, es decir, el saber qué conocemos, cómo lo conocemos, qué desconocemos, etc. y qué nos motiva, por qué, cuándo, etc.; es muy útil para el desarrollo personal y profesional.

## 4. Cómo podemos motivar a los profesores

No existen las recetas únicas, válidas para todo el mundo en la motivación de los estudiantes. Lo que puede ser útil con algunas personas, en algunos momentos o en determinadas circunstancias no lo será en otras. La aproximación a este tema debe ser flexible, combinar distintos tipos de motivación e intentar conocer a los alumnos lo mejor posible para ayudarles en sus estrategias de motivación.

Ante la dificultad de entender cómo podemos motivar a nuestros estudiantes, una actuación bastante extendida, quizá especialmente entre los profesores universitarios, es no afrontar el tema directa y reflexivamente. Muchas veces se da por supuesto que es algo que debe traer un estudiante cuando se

incorpora a la universidad y que no es tarea de los profesores estar pendientes del grado de motivación que tienen sus estudiantes.

Esta no puede ser la postura de un buen profesor que busca facilitar el aprendizaje de sus alumnos; porque si la motivación influye tanto en el aprendizaje, el profesor debe promoverla y evitar aquellas actuaciones que la debiliten.

Ante el desinterés de los estudiantes o su falta de implicación en la asignatura no debemos pensar automáticamente y sin darle más vueltas que el fallo es del alumno. Puede pasar que el problema sea nuestro estilo docente o el diseño de la asignatura.

## **Actuaciones del profesor que facilitan la motivación.**

### **1.- Mostrar el interés de la asignatura**

Hacer ver que los temas y contenidos de la asignatura son útiles o tienen relación con los intereses cotidianos o con el futuro profesional o personal. Ayuda a conseguirlo:

- Actividades y prácticas realistas y que presenten problemas y desafíos relacionados con la vida real y lo familiar y cotidiano
- Mostrar que las habilidades o actitudes que se les pide que desarrollen tienen importancia en la vida personal y profesional.

### **2.- El entusiasmo por lo que enseña**

A una mayoría importante de alumnos les afecta muy negativamente que el profesor muestre poco interés o manifieste aburrimiento en sus clases. Si parece que el profesor está obligado a dar la asignatura o esos temas, sin que realmente los considere importantes, o si el profesor es manifiestamente aburrido, es muy difícil que los alumnos estén motivados.

Es muy conveniente que el profesor se imbuya de la idea de que los contenidos o aprendizajes que ha seleccionado para su asignatura son realmente relevantes y significativos para sus alumnos. También es necesario que el profesor mantenga un cierto grado de teatralización natural en sus clases que, sin resultar artificioso, ayude a que el alumno siga bien sus explicaciones.

En ocasiones el profesor deberá ensayar esta expresividad en el discurso y los gestos para lograr mejorarla.

### **3. Enfrentar a los alumnos a retos o desafíos interesantes**

Resolver una cuestión que se presenta como interesante y desafiante pero asequible o enfrentarse a un problema que debemos resolver con ingenio o conocer algo que suscita nuestra curiosidad es fuente de motivación para la mayor parte de las personas.

Para aprovechar esta fuerza el profesor debe preparar bien las preguntas y los desafíos que plantea a los alumnos y conseguir que expresen lo que ya saben del tema, planteen lo que sería interesante saber o concreten las dificultades y paradojas que el tema presente.

Si la tarea a hacer ha sido elegida por el estudiante o, al menos, ha participado en su selección, es más fácil que la tome con interés.

### **4.- Fomentar la confianza del estudiante en su justa medida**

El estudiante debe ver que las actividades o los aprendizajes que se le piden son asequibles si pone el necesario esfuerzo pero, a la vez, debe notar que no son excesivamente fáciles. Para conseguir este equilibrio el profesor, junto con exigir y corregir con rigor conviene que le haga ver al alumno como podrá mejorar su trabajo.

Al corregir el resultado de la actividad debe quedar claro que se evalúa la tarea realizada pero no la persona. (Quizá usando expresiones como : “Esto se debe mejorar en este punto y en este otro y tu lo

puedes hacer si te fijas bien en esto y aquello”; pero no decirle que eres un incapaz o que siempre haces mal las cosas, etc.)

Al fomentar la confianza de los alumnos hay que tener cuidado de no inducir una excesiva autoestima falsa y artificial.

Aunque un cierto grado de confianza en sí mismo resulta necesario, la sobrevaloración de las propias capacidades lleva a vivir centrado en uno mismo y a que los fracasos personales supongan un gran hundimiento de la persona. Cuando el alumno se sabe respaldado por el profesor, pensando que puede faltar sin que eso tenga unas consecuencias definitivas, es más fácil que arriesgue y manifieste opiniones o preguntas y presente trabajos con espontaneidad.

#### **5.- Trato personal y ambiente relajado**

Pasar de ser un individuo anónimo de una clase que está cursando una asignatura a ser una persona conocida y que tiene un cierto trato personal con el profesor es una importante fuente de motivación. Y, en concreto, cuando el estudiante sabe que su profesor conoce su trabajo y lo aprecia y mantiene un seguimiento de la actividad del alumno, aunque algunas veces tenga que corregirlo, aumenta su buena disposición al trabajo y a superar sus exigencias.

Para facilitar esto el profesor, dentro de mantener su lógica autoridad, debe mostrarse natural y con la adecuada dosis de buen humor. Mostrar confianza en las posibilidades de los estudiantes y personalizar esta confianza en cada alumno, siempre que sea posible, y tratar con atención y respeto al estudiante.

#### **6.- Cuidado de los detalles de orden, puntualidad, etc.**

Dentro de la necesaria flexibilidad, hay que comunicar con anticipación lo que se espera que hagan los alumnos y cómo se espera que lo hagan, a poder ser, mostrando modelos de actividades bien resueltas, y los criterios con lo que se evaluará. Lo que se ha anunciado se deba hacer y exigir con puntualidad y calidad.

#### **7.- Romper los complejos que pueda tener el estudiante**

Un freno que afecta, a veces, al rendimiento de los alumnos es el convencimiento de poseer unas limitaciones o unas características que condicionan su aprendizaje y sus posibilidades intelectuales o de desarrollo personal.

Esto se suele manifestar en esas mentalidades arraigadas del que piensa que no es válido para las matemáticas; o para los idiomas, etc., o el que piensa que no sirve para los estudios que han elegido porque las calificaciones que están obteniendo son más bajas de las que tenían en cursos anteriores, etc.

Adecuar las actividades al nivel que el estudiante tenga, para que vaya adquiriendo confianza, hacer comentarios bien elegidos para animar a esos alumnos u otras acciones similares pueden ayudar a este tipo de alumnos.