

# Motivace

Aktivuje chování a dává mu směr

- ▷ Pudy
- ▷ Instinkty
- ▷ Reflexy
- ▷ Potřeby
- ▷ Motivy
- ▷ Chování
- ▷ Přežití organizmu a druhu – sex
- ▷ Aspirace



# Výkladové hypotézy motivace (Madsen)

1. Homeostatické
2. Pobídkové
3. Poznávací
4. Humanistické

# 1.Homeostáza

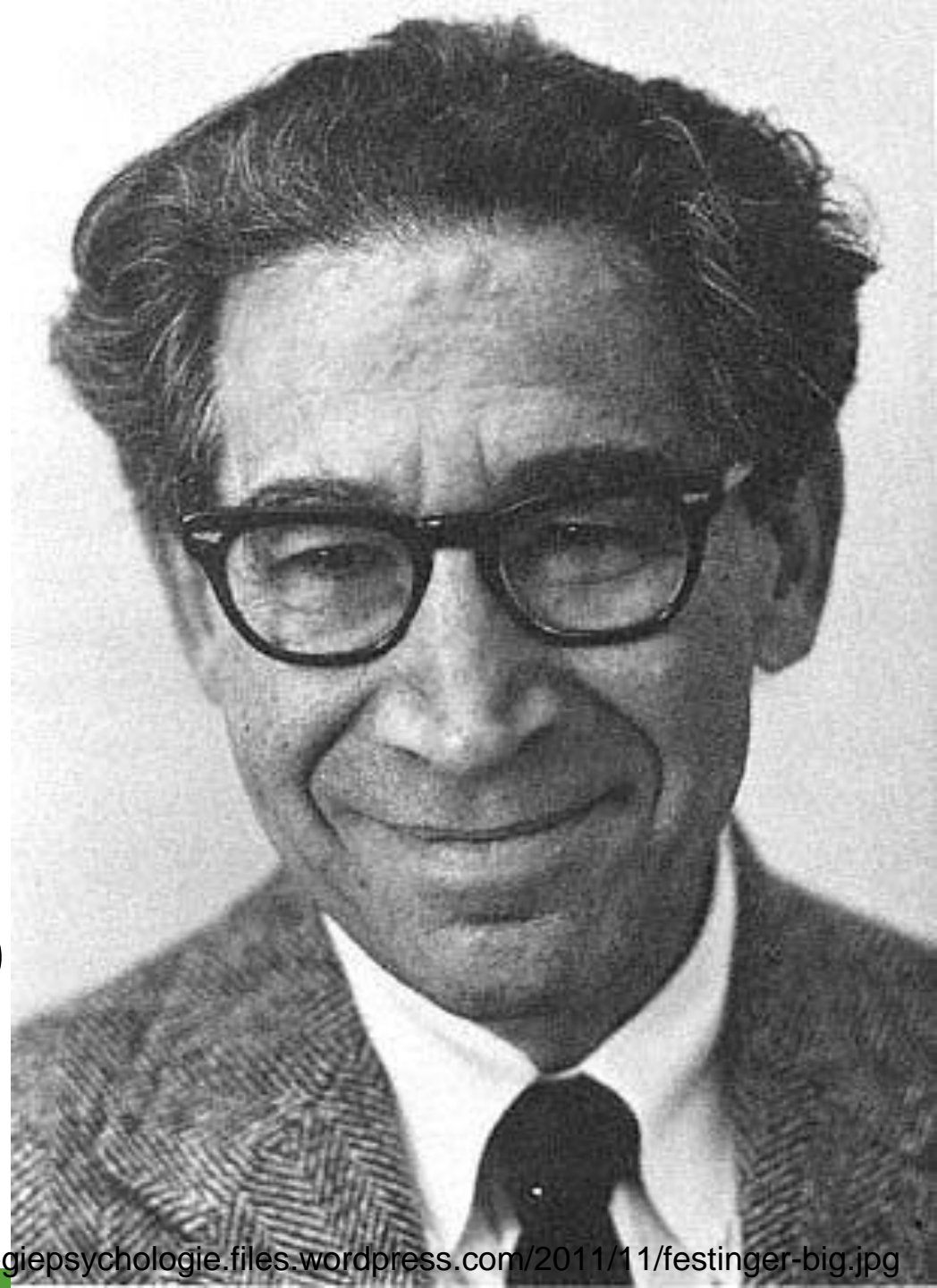
- ▷ Pudové faktory
- ▷ Freud, Murray
  
- ▷ HLAD?
- ▷ <https://www.youtube.com/watch?v=YVfyYrEmzgM>
- ▷ Cílová hodnota, senzorický signál, porovnání, reakce
- ▷ Hlad, žízeň, tělesná teplota

## 2.Pobídky/ incentivy

- ▷  $T_s = M_s \times E_s \times I_s$  (- selhání)  
(Atkinson)  
 $T_s$  = celková úroveň motivovanosti (tendency);  
 $M_s$  = intenzita vzbuzeného motivu (motive);  
 $E_s$  = subjektivní pravděpodobnost dosažení cíle (expectancy);  
 $I_s$  = pobídková hodnota dosažení cíle (incentive value).

## 3. Poznávací teorie

- ▷ Kognitivní disonance (Festinger)
- ▷ Kniha: When Prophecy Fails
- ▷ Přesvědčení/ hodnoty/ chování
  - Konsonance
  - Disonance
  
- ▷ Řešení:
  - Změnit něco (přesvědčení, chování)
  - Přidat nové přesvědčení
  - Snížit důležitost záležitosti



## 4. Humanistické

Maslow: hierarchie potřeb

1. Biologické potřeby

2. Bezpečí, jistota

3. Sounáležitost

4. Uznání, úcta

5. Sebeaktualizace

6. (sebe-transcendence)

▷ 1,2 nižší potřeby

▷ 1-4 deficitní motivy

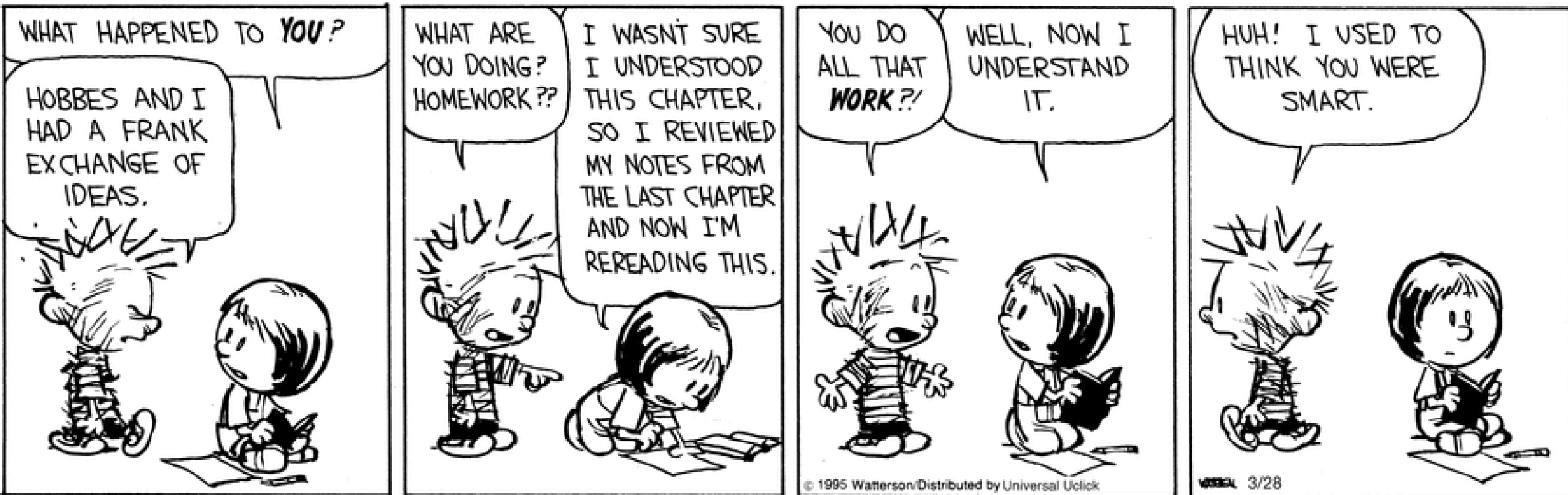
▷ 5 růstové motivy

*The degree of fixity of the hierarchy of basic needs.—We have spoken so far as if this hierarchy were a fixed order but actually it is **not nearly as rigid** as we may have implied. (Maslow, 1943, str. 386)*

## 3 základné motivy (McClelland)

- ▷ Úspěšný výkon
- ▷ Afiliace
- ▷ Moc

# ▶ Co motivuje k výkonu?





# Výkonová motivace

- ▶ C. Dweck: nastavení mysli  
fixní/ růstové
- ▶ Performance/ mastery
- ▶ Approach/ avoidance
- ▶ Spolu:
  - Performance approach
  - Performance avoidance
  - Mastery approach
  - Mastery avoidance

<b>FIXED MINDSET</b>		<b>GROWTH MINDSET</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• SOMETHING YOU'RE BORN WITH</li><li>• FIXED</li></ul>	<b>SKILLS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• COME FROM HARD WORK.</li><li>• CAN ALWAYS IMPROVE</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• SOMETHING TO AVOID</li><li>• COULD REVEAL LACK OF SKILL</li><li>• TEND TO GIVE UP EASILY</li></ul>	<b>CHALLENGES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• SHOULD BE EMBRACED</li><li>• AN OPPORTUNITY TO GROW.</li><li>• MORE PERSISTANT</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• UNNECESSARY</li><li>• SOMETHING YOU DO WHEN YOU ARE NOT GOOD ENOUGH</li></ul>	<b>EFFORT</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• ESSENTIAL</li><li>• A PATH TO MASTERY</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• GET DEFENSIVE</li><li>• TAKE IT PERSONAL</li></ul>	<b>FEEDBACK</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• USEFUL</li><li>• SOMETHING TO LEARN FROM</li><li>• IDENTIFY AREAS TO IMPROVE</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• BLAME OTHERS</li><li>• GET DISCOURAGED</li></ul>	<b>SETBACKS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• USE AS A WAKE-UP CALL TO WORK HARDER NEXT TIME.</li></ul>