



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



Rzeczpospolita
Polska



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



МОТИВАЦІЯ ТА ЗАЛУЧЕНІСТЬ

Зофія Борська-Монджицька
Кафедра психології розвитку
Факультет психології
Варшавський університет



UNIwersYTET
WARSAWSKI



WYDZIAŁ NAUK
EKONOMICZNYCH



Залученість та мотивація — це різні речі.

Як це можливе?



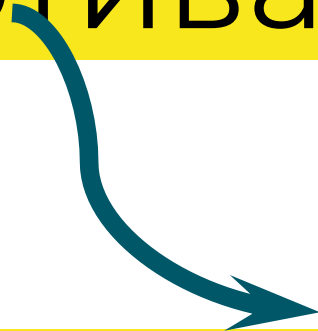
Залученість

- Рівень енергії, з якою беремося за завдання

Мотивація

- До чогось
- Наприклад, до виконання завдання

Мотивація



Залученість

**Потреба в компетентності
і мотивація для досягнень**

Теорія самовизначення або теорія про потреб

Ryan & Deci, 1994

**Компетентність
(уміння)**

Взаємозалежності

Автономія



Мотивація

- Що це таке?
- З чого вона складається?
- Звідки походить?



Що впливає на внутрішню мотивацію?

Внутрішня мотивація

=

Почуття

компетентності

+

Почуття автономії



Що впливає на внутрішню мотивацію?

У чому полягає ця третя
потреба?

Потреба у взаємозалежності

<https://www.youtube.com/watch?v=p6cqNhHrMJA>

- УВАГА — це важливо в
школі!



Зовнішня мотивація

- Коли зовнішня мотивація починає домінувати над внутрішньою мотивацією?
- У чому полягає основна відмінність між зовнішньою та внутрішньою мотивацією?
- Як так виходить, що люди, мотивовані ззовні, все ж виконують завдання?
- Чи означає зовнішня мотивація кінець автономії?

ZOBNIŠNIA MOTIWACIJA



Роль ставлення

«Mindset» або ставлення за Керол Двек (Carol Dweck)

- Спосіб мислення про свої можливості



Мислення про мислення

- Пов'язане з переконаннями на тему природи здібностей — чим вони є і звідки виникають
- Впливає на те, як ми сприймаємо себе у світі і світ навколо нас
- Два різновиди
 - Постійне
 - Спрямоване на розвиток

Дослідження за участю дітей

	Похвала за зусилля	Похвала за здібності
Цілі	90 % вважали ціллю навчання	66 % вважали ціллю результат
Задоволення	Зберігається	Знижується
Наполегливість	Зберігається	Знижується
Результат	Покращується	Знижується
Неправдиве повідомлення результатів	1 особа	40 %

**Коли ціллю є
результат**

- І успіх, і невдача
породжують страх
-

Коли ціллю є навчання

- Позитивні емоції впливають на добрі результати
-

Що відбувається, коли

Особи зі «СТАЛИМ» способом МИСЛЕННЯ

Приймають виклик чи
зазнають невдачі?

Не здатні засвоювати інформацію
їх супроводжують погіршення
настрою, нестача сил, зниження
самооцінки

Занижують свою самооцінку в очах
інших («Усі подумают, що я
дурний»)

Не пам'ятають попередніх успіхів і
переоцінюють попередні невдачі

Причиною своїх невдач вважають
свої сталі позиції/налаштованості

Особи, спрямовані на розвиток

Приймають виклик чи
зазнають невдачі?

Орієнтовані на отримання інформації
— кращі результати в тестах

Концентруються на об'єкті, який
вивчають, а не на власному
самопочутті (напруженості).

Пробують нові стратегії розв'язання
проблем

Мотиваційні думки: «Чим буде важче,
тим більше треба прикласти зусиль»

Стикаючись із завданнями, які не
піддаються розв'язанню, вони
шукають зовнішні пояснення: «Цей
тест був надто складним для мене в
даний момент»

Зусилля

- Чи дійсно це треба?



Особи зі «СТАЛИМ» СТАВЛЕННЯМ

- Уважають зусилля свідченням про низький рівень інтелекту
 - Необхідність наполегливої праці = я не розумію, я дурний
 - Зусилля = відсутність здібностей
-

Особи, спрямовані на розвиток

- Уважають зусилля складовою, необхідною для успіху
 - Докладають більше зусиль, коли стикаються з труднощами
 - Зусилля = успіх
 - Служать для подолання труднощів
-

**Ну добре, але як досягти
успіху?**

Похвала

Похвала за здібності

Може змінити ставлення: з орієнтованого на розвиток — на стаке

Схиляє до орієнтування на результат

Часто пов'язана з неправдою щодо отриманих результатів (наприклад, оцінок)

Знищує прагнення до інноваційного мислення та готовності до ризиків

Похвала за зусилля

Підтримує ставлення,
орієнтоване на розвиток

Заохочує до постановки цілей,
спрямованих на навчання, і допомагає
зберігати активність серед викликів і
труднощів

Підтримує мотивацію до
прикладання подальших
зусиль, зв'язок з успіхом

За умови, що

**ВКЛЮЧАЄ ЗВОРОТНІЙ
ЗВ'ЯЗОК!**

Похвала — це не лиходій! Похвала за зусилля підтримує мотивацію та підвищує стійкість до критики.

NASTAWIENIE -na- STAŁOŚĆ

SKĄD SIĘ BIERZE?



CECHY TAKIE JAK INTELIGENCJA,
KOMPETENCJE, TALENTY SĄ STAŁE.

OSOBISTE HISTORIE
SUKCESÓW I PORAŹEK

+

REAKCJE OTOCZENIA
NA TE WYDARZENIA

SŁOWA PODKOPUJĄCE

-ROZWOJOWY SPOSÓB MYŚLENIA-

MASZ WRODZONY TALENT!
FANTASTYCZNIE!

PRZYNAJMNIEJ PRÓBOWAŁEŚ!

DOBRA ROBOTA!
JESIEŚ BARDZO
WTALENTOWANY!

MOŻE TO NIE JEST
TWOJA MOCNA STRONA.
NIE PRZEJMŹ SIĘ, MASZ
INNE, CENNE ZALETY!

NASTAWIENIE ULEGA USZTYWNIENIWI

GDY OTOCZENIE REAGUJE
NA **BŁĘDY** TAK
JAKBY BYŁY ONE CZYMS
SZKODLIWYM
RODZĄCYM PROBLEMY

TO TRUDNE, NIE NIJ DO
SIEBIE ŻALU, JEŚLI CI SIĘ
NIE UDA.

www.umyslnic.pl

NASTAWIENIE -na- ROZWÓJ

SKĄD SIĘ BIERZE?



KOMPETENCJE MOŻNA ROZWIJAĆ
POPRAZ WYSIŁEK I PRACĘ NAD SOBĄ.

OSOBISTE HISTORIE
SUKCESÓW I PORAŹEK

+

REAKCJE OTOCZENIA
NA TE WYDARZENIA

SŁOWA UMACNIAJĄCE

-ROZWOJOWY SPOSÓB MYŚLENIA-

JESTEŚ PRACOWNIĄ/
FANTASTYCZNIE!

TO TRUDNE, NIE NIJ DO
SIEBIE ŻALU, JEŚLI JESZCZE
CI SIĘ NIE UDA.

MAM WYSOKIE WYMAGANIA.
I OCZEKUJE OD CIEBIE ICH SPEŁNIENIA
BO WIEM, ŻE WSPÓLNIE MOŻEMY
IM SPROSTAĆ.

TO NIEPOSKUTKOWAŁO.
ZASTANÓWMY SIĘ, JAK, DO
TEGO DOSZEDŁEŚ I CO
MÓGŁBYŚ ZROBIĆ LEPIJ?

DOBRA ROBOTA!
JAK SĄDZISZ, CO MÓGŁBYŚ
ZROBIĆ JESZCZE LEPIJ?

www.umyslnic.pl

Dziękuję za uwagę
Дякую за увагу
