

МОТИВЫ и потребности

Педагог – психолог
Федорова Анастасия Витальевна

Мотив – это причина, лежащая в основе выбора всех действий и поступков человека.

Большинство наших мотивов выражается в виде ответа на вопрос: для чего я это делаю?

«Я учусь для того, чтобы ... ».

«Я хочу получить профессию ..., чтобы ... » .



Юноша хочет стать полицейским. Что движет им? Стремление защитить людей от преступников или возможность распоряжаться судьбами других людей?

Молодой человек устроился в полицию. За три месяца ни разу не пришел в бухгалтерию за зарплатой. Коллеги спрашивают:

- Ты что же за деньгами не идешь?
- Еще и зарплату дают? А я думал: пистолет дали, и крутись, как хочешь. 😊

Нередко человек, наделенный множеством замечательных качеств, не может полностью реализовать свой профессиональный потенциал – мешает отсутствие мотивации, то есть побуждений к действиям – «природная лень не дает развиваться природным талантам»

(Ю. Рыбников).
Могу давать уроки английского, немецкого, французского. Но не хочу. 😊



Мотивация – это двигатель человеческих поступков.

Мотивация (от лат. *movere*) – побуждение к действию; психофизиологический процесс, управляющий поведением человека, задающий его направленность, организацию, активность и устойчивость.



Мотивация – это способность человека деятельно удовлетворять свои потребности.

Важнейшим условием профессиональной самореализации личности являются не столько способности, сколько мотивация человека и его

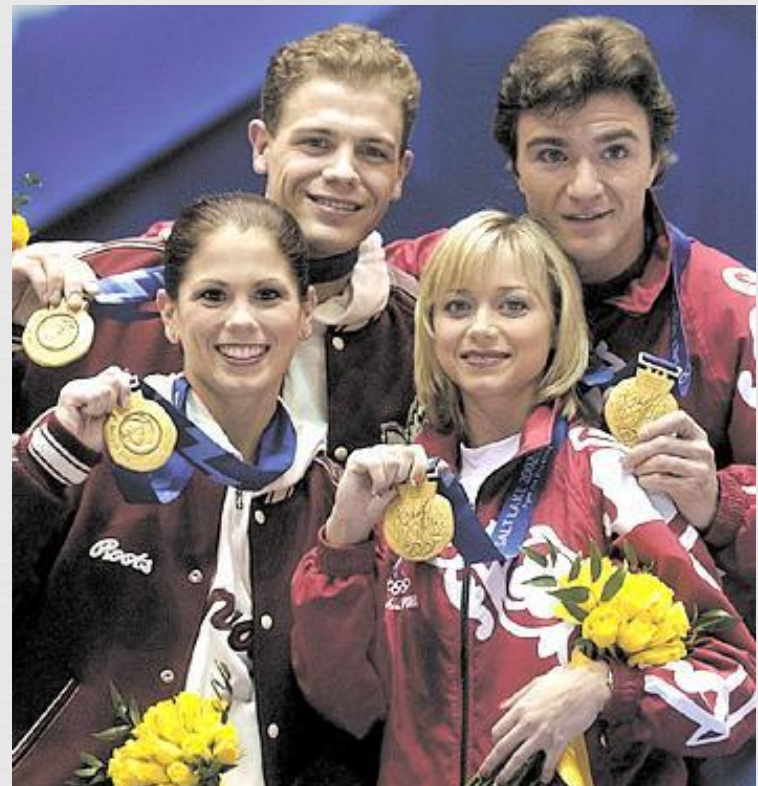
Прочитайте эти примеры и подумайте, что роднит этих успешных и счастливых в профессиональной деятельности людей?

- ...Цирковой артист Валентин Дикуль, выполняя акробатический трюк, получил травму, приковавшую его к постели.

Врачи не оставляли никакой надежды. Благодаря ежедневным многочасовым упражнениям Валентина не только встал на ноги, но и вернулся на арену цирка, где жонглирует гирями, выдерживая груз почти в тонну.



- ...В 1996 году во время тренировки конек партнера буквально раскроил Лене череп. Врачи сделали все возможное – Лена осталась жива. А сама Лена и ее новый партнер Антон сделали невозможное – после нескольких лет упорных тренировок в 2002 году пара Бережная – Сихарулидзе завоевала олимпийскую золотую медаль.



- ...Великолепная, яркая балерина, обладающая безупречной техникой и заслуженно получающая награды за свое мастерство – такой мы знаем Анастасию Волочкову. Но, чтобы достичь этого, надо было преодолеть множество препятствий, в том числе сомнения специалистов, которые считали Анастасию слишком высокой для балета.



В основе любой мотивации лежат ЦЕЛИ и ПОТРЕБНОСТИ человека.

Потребность – это внутреннее состояние индивида, вызываемое испытываемой им нуждой в объектах, необходимых для его существования и развития и выступающее в качестве глубинного источника всех форм его активности.



Потребность – это внутреннее состояние психологического или функционального ощущения недостаточности чего-либо.



Абрахам Маслоу (1908-1970),
американский психолог



Пирамида потребностей по А. Маслоу



❖ Большинство людей не способны подняться выше второй ступени, оставаясь на уровне физиологических потребностей.

❖ А они, в отличие от высших, имеют границу насыщения. Не все ее улавливают, не все могут вовремя остановиться. Всякие попытки увеличить потребление сверх нормы приводят к заболеваниям как расплате.

❖ Потребление сверх нормы – это излишество.

❖ Римская империя пала, потому что ее правители остановились на нижних ступенях.

❖ Еда стала для них целью, а не средством: пожирая блюда в невероятных количествах, они искусственно вызывали у себя рвоту, чтобы дальше поглощать вино и продукты. Эти оргии длились



❖ Медицина определяет это состояние как психическое заболевание, церковь – как одержимость бесами, что, в принципе, одно и то же.



Непреодолимая страсть
к власти или наживе
также является
деформированной
потребностью.



Расплата – распад отношений
с людьми, личностная
деградация.



Застревание на «нижних этажах» иерархии потребностей возникает и в том случае, если они не удовлетворяются.

Помните Акакия Акакиевича, героя гоголевской «Шинели»? У бедного чиновника была одна, но пламенная страсть – сшить новую шинель. Когда уличные грабители сняли с него эту шинель, жизнь для бедолаги потеряла смысл, и он умер.



Жизнь теряет смысл и в том случае, когда человек получает все, что хочет.

Может быть, поэтому самый высокий процент самоубийств – в странах с высоким уровнем доходов населения.

Клиентами психоаналитиков и психиатров чаще всего становятся очень обеспеченные люди.



**Человек развивается
полноценно ТОЛЬКО в том
случае, если НЕ
останавливается на низших
ступенях.**



Если вам посчастливится найти такой вид деятельности, в котором вы сможете реализовать **высшие потребности** – потребность в общении, уважении и самореализации, то вам не грозит пресыщение, поскольку эти потребности **ненасыщаемы**.



«Определение мотивации»

(методика Головахи)

Прочитайте приведенные ниже суждения о профессиях и выберите два из них, наиболее соответствующие вашим взглядам.

1. В наибольшей степени реализовать свои физические возможности, проявить силу, ловкость, волевые качества.

2. Достичь высокого общественного положения, известности, славы, получить признание окружающих.

3. Получать высокий заработок, обеспечивающий хорошие материальные условия.

4. Проявлять творческую инициативу, полностью раскрыть свои интеллектуальные способности.

5. Работать в хороших условиях, чтобы работа не была утомительной, не вызывала отрицательных эмоций.

6. Сохранить достаточно энергии и времени для увлечений, общения с друзьями и близкими.

Если выбранные вами суждения находятся в левой части таблицы (*профессиональная мотивация*), значит, в данный момент для вас актуальна профессиональная самореализация (выбор профессии и путей ее получения, профессиональный рост и карьера).

Если выбранные суждения находятся в правой части таблицы (*внепрофессиональная мотивация*), значит, в данный момент для вас важнее вопросы, не связанные с профессиональной самореализацией (семья, здоровье, личностный рост, который не всегда связан с профессиональным).

Если выбранные вами суждения оказались в разных частях таблицы, значит, ваша мотивация носит противоречивый характер. Решите, что для вас в данный момент важнее – профессиональное самоопределение или другие вопросы.

MOTIVATION



Помните, как начинается «Сказка о царе Салтане»?

Три девицы под окном пряли поздно вечерком.
«Кабы я была царица, – говорит одна девица,
Я б на весь крещеный мир приготовила бы
пир».

«Если б я была царица, говорит ее сестрица,
Я б на целый мир одна наткала бы полотна».

«Если б я была царица, – третья молвила
девица,
Я б для батюшки-царя родила богатыря».



Царь в этой сказке поступает как **профессиональный менеджер по работе с персоналом**: находит каждой девице применение с учетом ее мотивации.

У первых двух – **профессиональная мотивация**, исходя из которой царь их «трудоустроил»: одну сделал ткачихой, а вторую поварихой.

У третьей девушки была ярко выраженная **внепрофессиональная** мотивация, она не хотела работать, а хотела быть царской женой.

Поэтому именно ее царь взял в жены.

Прочитайте отрывок из книги М. Веллера «Все о жизни». Согласны ли вы с тем, что перечисленные ценности – главные в жизни? Разделяете ли вы взгляды автора на то, как большинство людей обходится с этими ценностями?

Запишите свои мысли.

Потребности большинства людей различаются незначительно. Если выйти на улицу и каждому задать вопрос: «Что для Вас в жизни главное?», мы получим примерно одни и те же ответы:

1. Здоровье.
2. Благополучие семьи и близких.
3. Материальная обеспеченность.
4. Хорошая работа.
5. Любовь.
6. Карьера.
7. Слава.

Как же большинство людей обходится с этими жизненно важными для них ценностями?

Здоровье. Гробят всевозможными способами. Пьют, курят, употребляют наркотики.

Переедают, недосыпают, мало двигаются. Перенапрягаются, нервничают.

Благополучие семьи. Ругаются, тиранят, родных, лгут, изменяют, заначивают деньги.

Забывают родителей, бросают детей. Погружаются в собственные дела и интересы настолько, что для семьи уже нет времени.

Материальная обеспеченность. Проигрывают в азартные игры все. Пускаются в аферы и разоряются. В погоне за лишним лишаются необходимого. Пьют. Ленятся. Тратят деньги на явно ненужные вещи, а в тяжелый час идут по миру.

Хорошая работа. Большинство людей к своей работе равнодушно, или, более того, ее ненавидит. Устают, переутомляются, мечтают об отпуске. Занимаются черной поденщиной – ради денег, которые в таком количестве не являются для них строго необходимыми.

Любовь. Если все люди хотят любить и быть любимыми – то уже просто по закону больших чисел большинство должно это иметь. Жизнь убеждает нас в том, что ничего подобного. Почему, зачем эта «главная ценность» связана так часто с огромным количеством страданий, лишений и всяческих несчастий?

Карьера. Напрягаться, лицемерить, прогибаться перед начальством, сносить несправедливые попреки, переступать через людей – и на это ты хочешь потратить свою жизнь?

Слава. Разоренные страны и два миллиона трупов в итоге. Вот вам непревзойденная слава Наполеона. Бывает и безвредная слава. Усердно тренируйтесь в плевках – и попадете в Книгу рекордов Гиннеса. Спортивная слава – угробленное здоровье, укороченная жизнь и режим, полный тяжелейшего труда и жестоких ограничений. И что он скажет во вратах небесных Апостолу Петру? «Что ты делал в жизни?» – «Я прыгал в длину».

Планирование

ЖИЗНИ

- ❖ Многие люди, подобно сестрам из сказки Пушкина, испытывают чувство досады и бессилия оттого, что не могут достичь всего, что хотят от жизни, разрываясь между взаимоисключающими мотивами.
- ❖ Как видим, это невозможно. Поэтому следует таким образом выстроить сценарий своей жизни, чтобы последовательно и планомерно добиваться поставленных целей.
- ❖ Подумайте, что для вас важнее всего в данный момент? Учеба? Работа? Личная жизнь? Творчество? Здоровье? Или что-то другое?

Спасибо за внимание!

