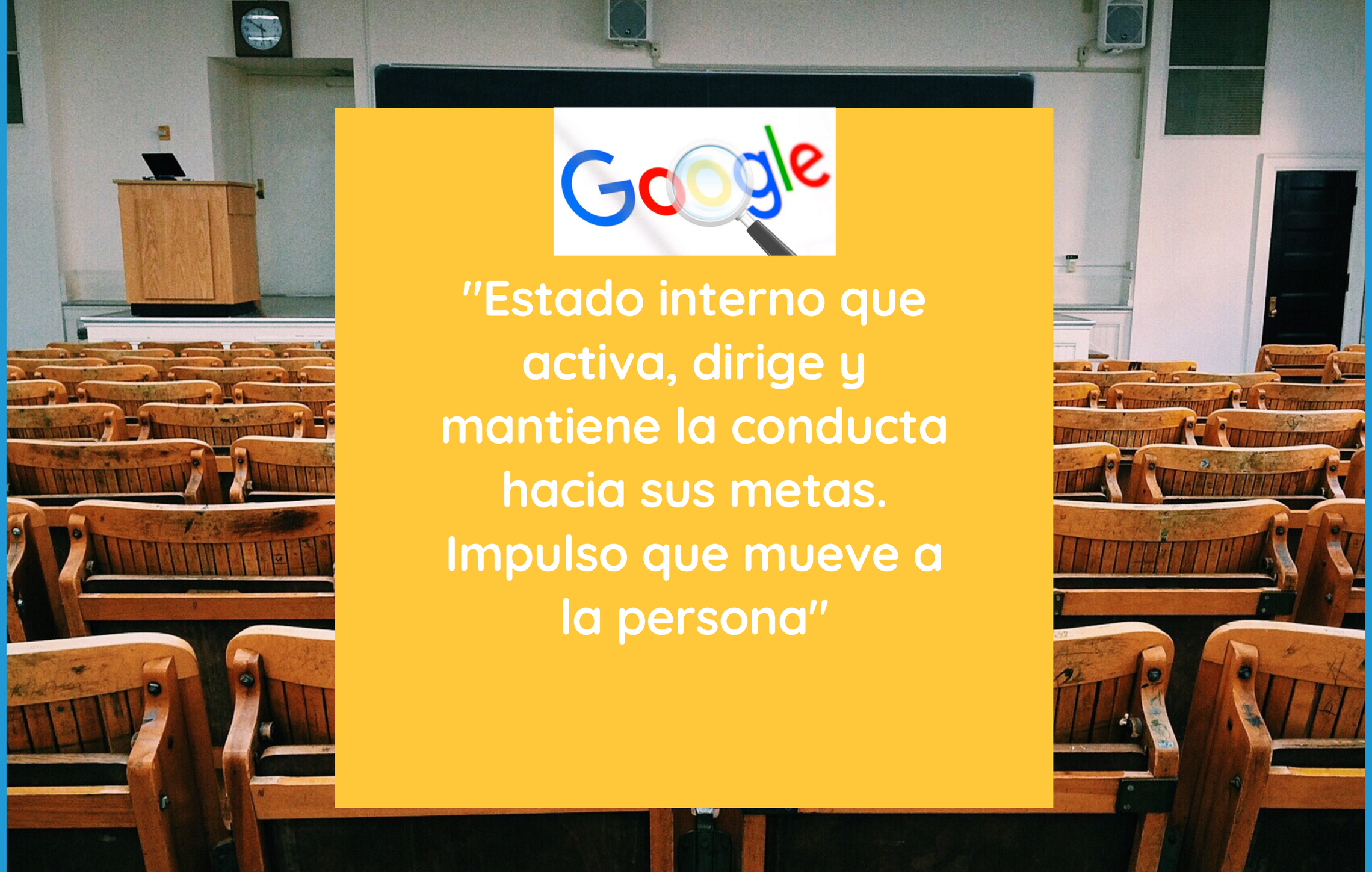
CLAVES PARA UNA EDUCACIÓN MOTIVANTE

LA MOTIVACIÓN EN LAS AACC

aloumiño

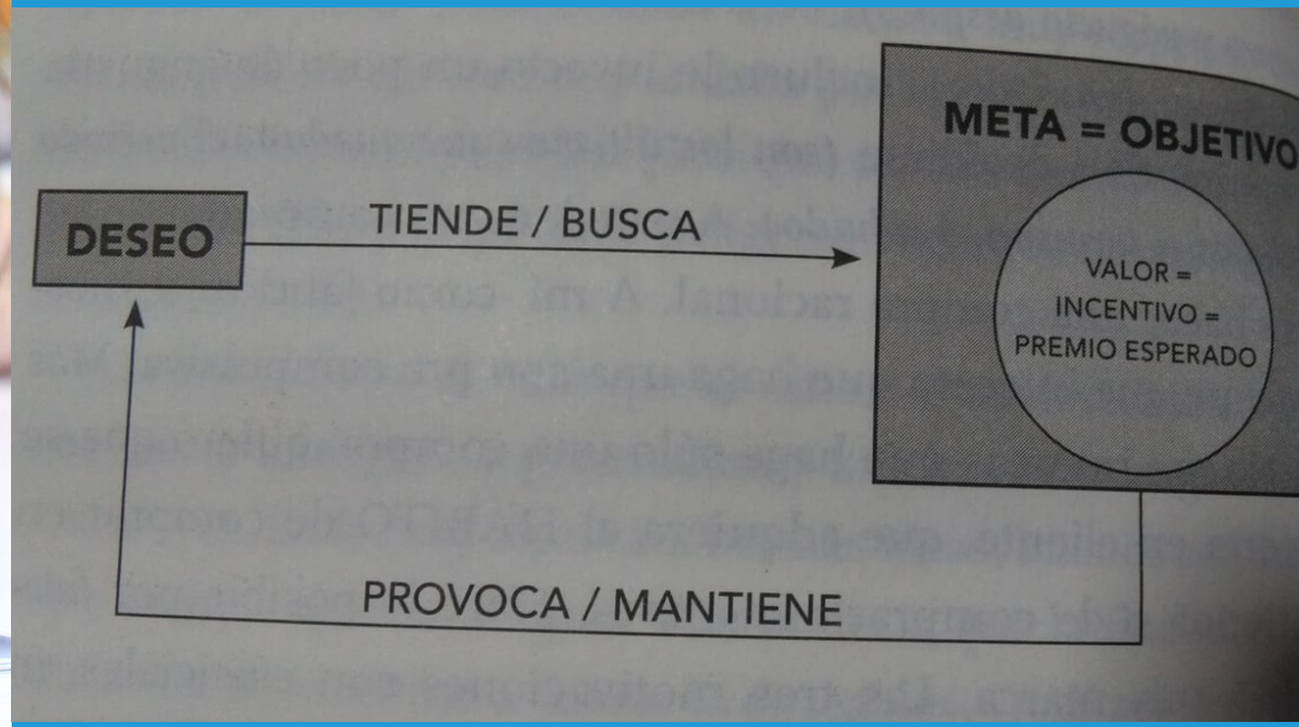
Coaching y Educación Afectivo-Familiar



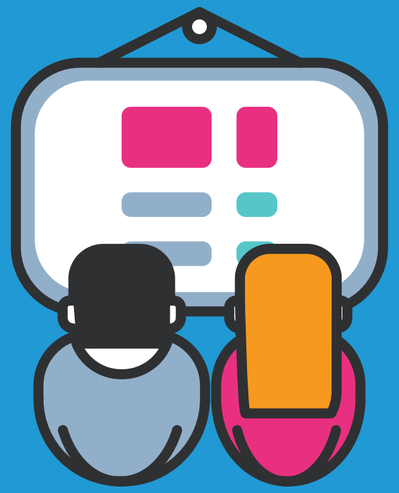
"Estado interno que activa, dirige y mantiene la conducta hacia sus metas. Impulso que mueve a la persona"

¿Qué cosas os motivan?

¿Qué cosas instigan y mantienden la motivación?



TIPOS DE MOTIVACIÓN



Motivación Intrínseca

Cuando el sujeto persiste en una conducta sin un estímulo exterior que lo justifique. Se involucra personalmente.

Motivación Extrínseca

Son las características de los estímulos externos lo que determina la dirección de nuestra conducta..

VALOR DE LA META

La percepción que le da el sujeto.

Dependerá de las estimaciones que hace de poder conseguirlo:

-Expectativas de Autoeficacia":

"Me siento capaz de hacerlo."

-Expectativas de Resultado:

" No creo que esa conducta me lleve a la meta."

INCENTIVO

¿Qué premios son los mejores?

Los no esperados

COSTE DE LA RECOMPENSA

La recompensa cuando es esperada y muy vista reduce la motivación.

"La obligación mata la mot. intrinseca"

		Expectativas de autoeficacia	
		Positiva	**Negativa**
Expectativas de resultado	**Positiva**	Alegría	Tristeza
	Negativa	Cólera	Apatía

Motivación Secundaria

MOTIVACIÓN DE LOGRO

Buscar el éxito en situaciones desafiantes. Innovación, persistencia.

MOTIVACIÓN DE PODER

Necesidad de impacto, control e influencia. Buscan influir y provocar cambios de opinión en los otros.

MOTIVACIÓN DE AFILIACIÓN

Necesidad de establecer, mantener o recuperar relaciones afectivas.

Ideas

INTELIGENCIA GENERADORA

La creatividad, la pasión, la ilusión por crear proyectos personales.

Action

INTELIGENCIA EJECUTIVA

Autocontrol, paciencia, planificación, necesario trabajar esto en l@s niñ@s para mantener la MOTIVACIÓN DURANTE LA TAREA

Recursos para pasar de la Motivación espontánea a la "Motivación educada"

Premios y sanciones

No muy efectivos, y menos en AACC

El ejemplo

Neuronas Espejo

Selección de Información

Evitar la sobreinformación, enseña a detectar la info de calidad

Cambio Creencias

Detectar las creencias que nos limitan a la acción: no valgo, esto no vale de nada...

Cambio de Sentimientos

Generar sentimientos positivos: confianza, autoestima, ilusión...

Razonamiento

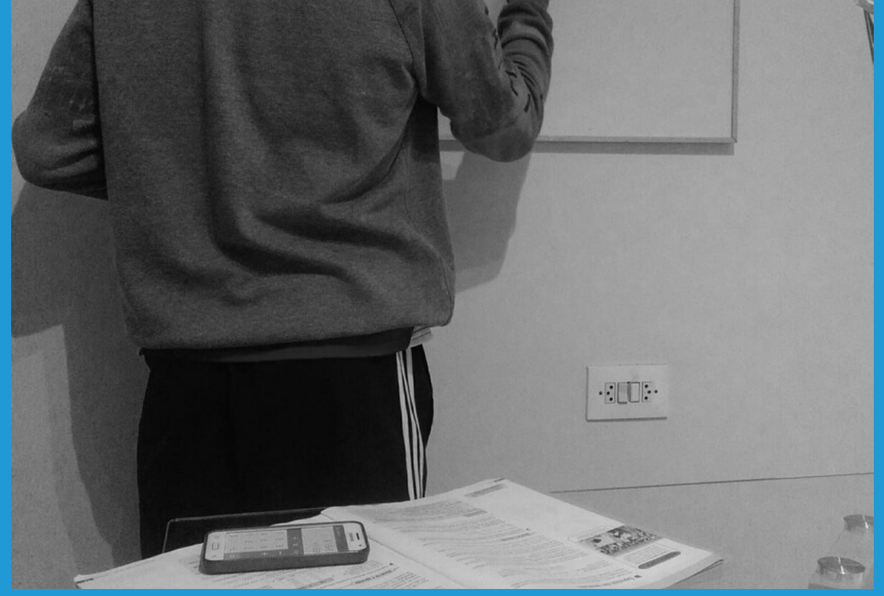
Los niños con AACC Aceptan las normas justificadas y rechaza las arbitrarias.

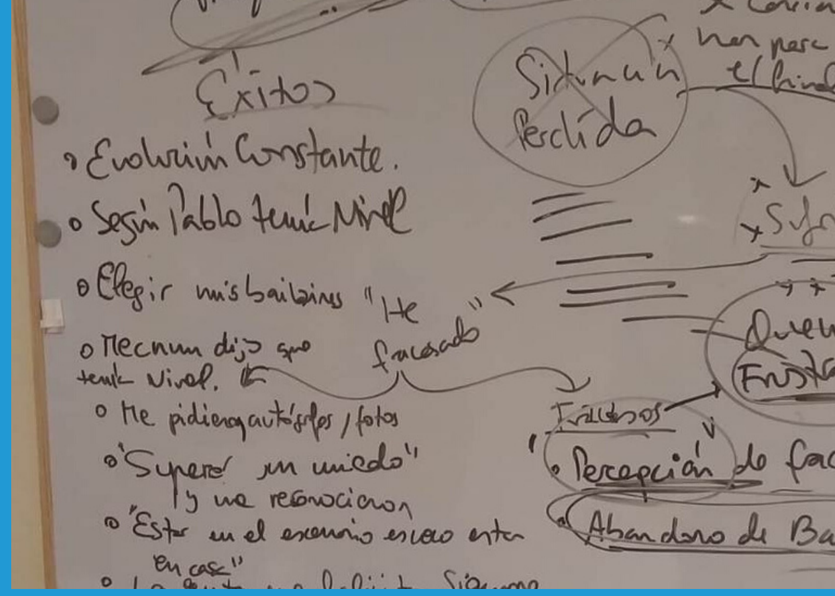
Entrenamiento

Automatizar hábitos libera recursos para otras cosas.

Eliminación de Obstáculos

Dificultades, miedos, etc.





ALGUNOS EJEMPLOS

-Cambio de creencias. Lista de miedos y/o fracasos Vs lista de éxitos / miedos vencidos. Demuestra que la creencia es falsa

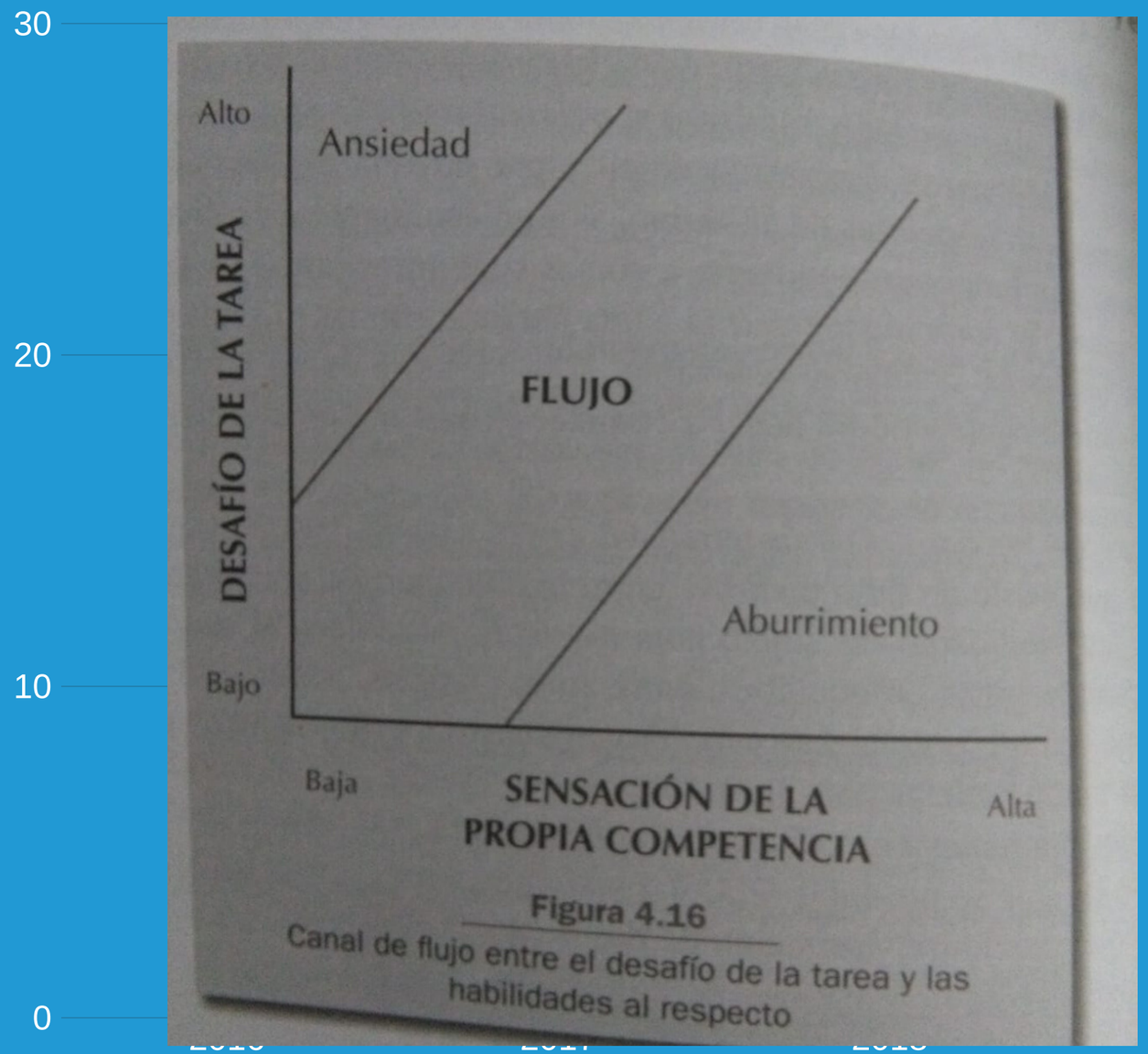
-Cambio de sentimientos: Externaliza los sentimientos dolorosos: miedo, rabia, frustración... dandoles un nombre, un dibujo, un simbolo... Sirve para ver que "Yo no soy eso, solo está en mi."

- Entrenamiento motivante: Dale la vuelta: Juegar a exponer, explicar, debatir... Tomar el control de mi aprendizaje.

ESTADO DE FLUJO

O "ESTADO DE FLOW"

DESAFÍO VS SENSACIÓN DE LA PROPIA COMPETENCIA



Como mantenerlos motivad@s?

CLAVES BÁSICAS:

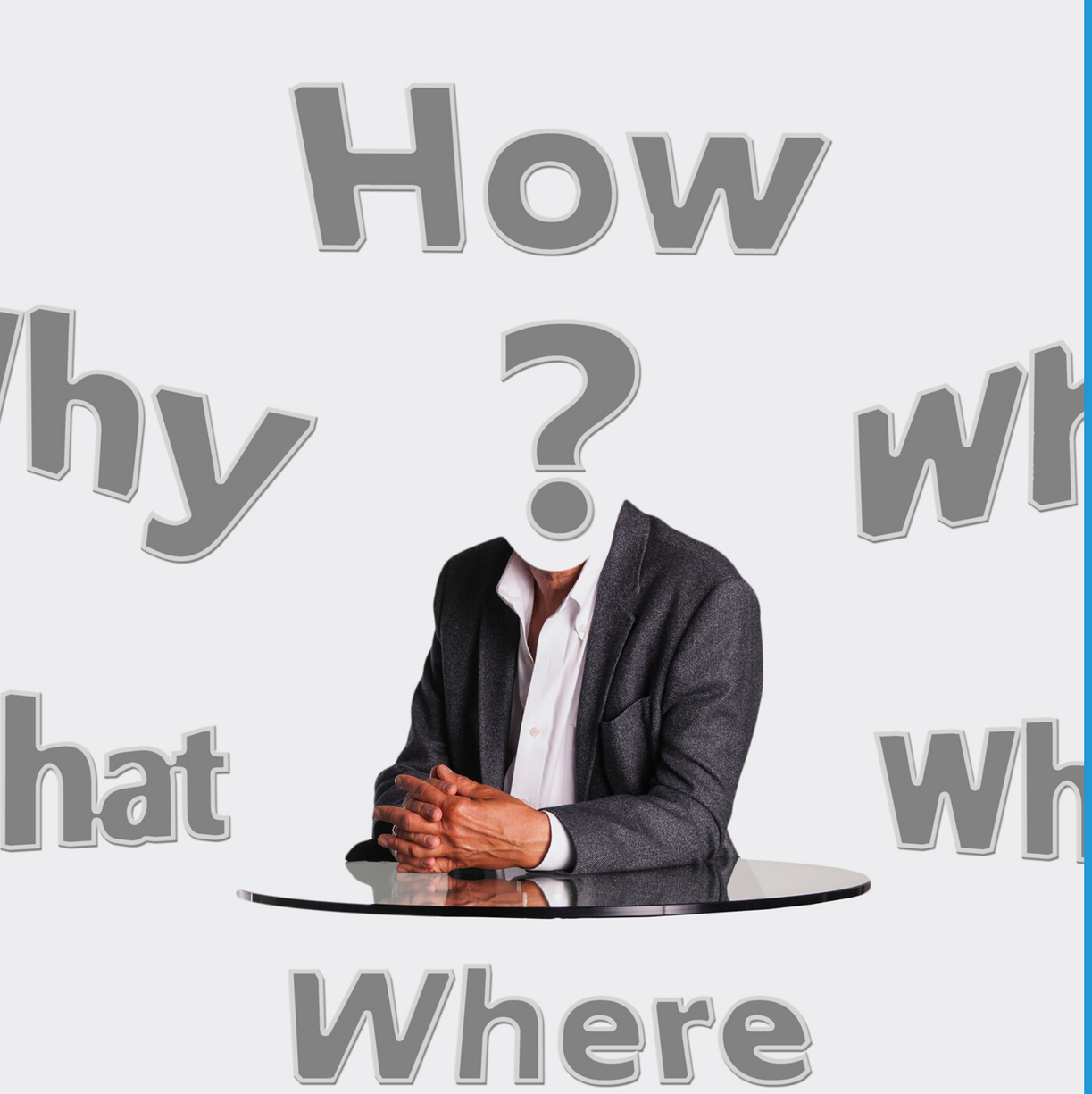
-Escúchale y entusiásmate con sus ideas.

-Enséñale a manejar el tiempo a su favor.

-Habla positivamente de sus logros. Evitar el "puedes hacer más"

-Hazles responsables de su propio aprendizaje: éxitos y fracasos.

-Siempre conectar el trabajo duro con sus intereses.



Haz las preguntas adecuadas, el/ella seguro las hará!

1.Porqué?

Encuentra el porqué tengo que hacer esto, si hace falta buscadlo.

2. Hacia qué? Cual es el objetivo?

Conecta esto con su motivación secundaria y con sus gustos.

3. Realmente hay un conflicto?

Lo que quiero Vs Lo que tengo que hacer, buscar la conexión entre lo que quiero y lo que tengo que hacer, quiza se parece más de lo que pensaba...

4. Qué es lo que lo impide?

Que impide que me ponga a ello? Creencias, compañeros, miedos, materiales... I

3. ¿Qué podemos hacer?

Con todo esto explorar soluciones y consecuencias y vigilar nivel de exigencia, puede que yo esté exigiendo demasiado, es preferible que vaya contento a estresado por sacar mejor nota, ya que si se siente bien, encontrará su MOTIVACION