



Мотивация деятельности человека

- Если рассматривать жизнь человека как его движение вперёд по пути развития, то можно сказать, что жизнь – это процесс постоянного преодоления новых границ, достижения лучших результатов, саморазвития и личностного роста.
- И в этом процессе одну из главенствующих ролей играет вопрос смысла всех действий и поступков, которые совершает человек.

- Что оказывает влияние на деятельность человека и его поведение?
- Для чего он вообще делает что-то?
- Что его побуждает?
- Что мотивирует?
- Ведь у любого действия (и даже бездействия) практически всегда есть свой мотив.

Чтобы мы могли лучше общаться друг с другом, чтобы нам было проще понимать окружающих людей и самих себя, а также чужие и свои собственные поступки, следует поговорить о том, что такое мотивация.

Что такое мотивация?

- Понятие «мотивация» происходит от латинского слова «movere» - двигать.
- Есть несколько определений мотивации:
- **Мотивация** – это побуждение к действию.
- **Мотивация** – это способность человека удовлетворять свои потребности посредством какой-либо деятельности.
- **Мотивация** – это динамический психофизиологический процесс, который управляет поведением человека и определяет его организованность, направленность, устойчивость и активность.

- **Мотив** – это идеальный или материальный предмет, достижение которого выступает смыслом деятельности.
- Человеку он представляется в форме специфических переживаний, **которые могут характеризоваться положительными эмоциями от достижения этого предмета, или же отрицательными, связанными с неудовлетворённостью в настоящем положении.**
- Чтобы осознать мотив требуется проделать серьёзную внутреннюю работу.

- Мотив нередко путают с потребностью или целью, но потребность – это подсознательное стремление устранить дискомфорт, а цель – это результат сознательного процесса постановки цели.
- К примеру, голод является потребностью, желание поесть – это мотив, а еда, к которой тянутся руки человека – это цель.
- Мотивация является сложным психологическим феноменом, с чем и связано её многообразие.