

EDUCACION DE LA MOTIVACIÓN EN ADOLESCENTES.

Por el Doctor José Martínez-Costa
Médico Pediatra-Adolescentólogo

DEFINICIONES.

Etimológicamente la palabra motivación deriva de las latinas “motus” y actio” o sea aquello que nos empuja a movernos.

La M. es el impulso y el esfuerzo requeridos para satisfacer un deseo o alcanzar una meta.

La M. es el estado dinámico que nos lleva a elegir deliberadamente una actividad, comprometiéndonos con ella, llevándola hasta su total consecución. El acto motivado surge de una exigencia, ya sea de índole física o metafísica. (S.Tasca).

La M. es el conjunto de “variables intermedias que activan la conducta y/o la orientan en un sentido determinado para la consecución de un objetivo”.

Las variables también se denominan *disposiciones*, ya sean instintos, hábitos y en general cualquier conducta propositiva o intencional” (P.S.B. in Dicc. Cienc. Educ. Diagonal/Santillana).

El psiquiatra norteamericano Henry Murray, estudioso de la motivación, la considera como “la necesidad que aflora por la acción de la estimulación interna o externa. Una vez que ha emergido, la motivación produce continua actividad hasta que la necesidad se reduce o se satisface”.

El *incentivo* es “el conjunto de variables ambientales que, en un momento determinado, poseen valor para el sujeto”.

La *satisfacción* es la dicha que se experimenta una vez cumplido el deseo.

La M. es anterior al resultado, mientras que la satisfacción es posterior a él.

NEUROFISIOLOGIA

Un proceso tan complejo como el de la motivación y teniendo en cuenta lo que ocurre en general con las funciones biopsicológicas superiores, difícilmente lo podemos imaginar como adscrito a un único centro cerebral. La motivación puede iniciarse en loci diferentes en función también del tiempo en que aquella se produce.

Los centros (cuya normalidad anatomofisiológica es necesaria) para la motivación de asiento cortical son los que controlan y modelan los impulsos motivacionales subcorticales.

La circunvolución del cíngulo, en el área 24 de Brodman, es la porción cortical, y del sistema límbico, a las cuales se atribuye la categoría superior en el control de la motivación.

La circunvolución cíngulo-anterior, es asimismo importante para tales menesteres (Francis Crick), no solo por su vecindad topográfica con el cortex motor sino por sus excelentes conexiones con el cortex frontal restante y con el sistema límbico.

Los trabajos de Bjork dan importancia al estriado ventral en la neurobiología de la motivación y es de activación menos intensa en los adolescentes que en los adultos, referido al lado derecho.

FACTORES QUE PROPICIAN O DAÑAN LA MOTIVACION

La *buena salud psicofísica*, aunque no indispensable, si es muy conveniente para el establecimiento de una motivación satisfactoria. En las condiciones ordinarias se prestará atención a lo más frecuente, a saber, los trastornos sensoriales (visión, audición) y a las normas de protección e higiene laborales, las cuales transmiten seguridad al operario joven, quien con frecuencia se cree indestructible y no se protege.

La *fatiga crónica* subsiguiente a un trabajo excesivo y prolongado, a la *desazón existencial* y a la *normodepresión* (ver DISFORIA EPISODICA DEL ADOLESCENTE NORMAL (DEA), en esta misma web)), relativamente frecuentes actualmente en los adolescentes, son factores personales negativos para la consolidación de una motivación.

Originan potente *motivación personal* los estados de origen instintivo, la privación, por ej. (en casos extremos) el hambre o la sed, la acuciante necesidad económica, el afán de ser capaz de establecer lazos estables para fundar una familia y también, en otro orden de cosas, el sistema de creencias (vgr. religiosas).

Asimismo existen *motivaciones de origen social* como el afán de logro, de éxito y de conseguir valoración positiva por los demás. Son altamente frustrantes para el adolescente sus vivencias de falta de justicia y equidad en la asignación de empleos, convertidos así en prebendas y “chollos” (consecuencia de prácticas corruptas) en otras palabras, la no valoración de la excelencia del joven candidato con patente “triomphe de la médiocrité”.

Las perspectivas de éxito (*factor expectativa*), percibidas por el propio interesado, también favorecen la motivación. (Kaplan-Sadock: Sinopsis de Psiquiatría, Panamericana, 8ª edición).

MOTIVACION Y APRENDIZAJE

Sin M. y laboriosidad resultan más difíciles los aprendizajes y entre ellos, por lo que a nosotros se refiere, la Educación Científica para la Salud (ECS).

En otras palabras, para que surja el aprendizaje hay primero que motivar. La M. sería la locomotora y los vagones los elementos del aprendizaje

Ahora bien, para que tenga lugar el aprendizaje es necesario que el adolescente esté dispuesto a esforzarse y a poner de su parte lo necesario. Por consiguiente hay un triángulo entre motivación, laboriosidad y aprendizaje.

En términos generales podemos admitir que a mayor motivación, mayor aprendizaje, pero cuando la motivación es excesiva puede ser ansiógena y, desorganizando la conducta, interfiere negativamente sobre el aprendizaje. Si la motivación es demasiado débil también repercute negativamente sobre la capacidad de aprendizaje.

Es un error creer que cuanto más se presione al adolescente más aprendizaje se conseguirá. Además hay que señalarle tareas que, en la realidad, sea capaz de llevar a cabo. Tanto mejor si esas tareas son percibidas por el adolescente como positivas.

La motivación existe en aquellos adolescentes que sienten pasión por la creatividad de una obra bien hecha, ya sea ésta manual, empresarial, artística o intelectual.

En el adolescente estudiante motivado, surge desde el fondo de su ser un irreprimible aunque sereno impulso por la conquista de la verdad, por la búsqueda de la armonía y del progreso buscando el bien común. Sería esa la M. intrínseca.

La M. *extrínseca* es la que busca una satisfacción distinta a la actividad desarrollada, por ejemplo una recompensa, un salario.

El adolescente (y el adulto) motivados, conservan la curiosidad insaciable del niño con sus interminables cantilenas: “y ¿eso por qué, mamá?”.

Se distingue también la «*motivación de logro*», la cual pretende alcanzar metas de alta calidad, de excelencia, de aspiración a la perfección en la ejecución de las tareas o en el valor de las mismas.

PSICOPEDAGOGIA: CONSEJOS PRACTICOS PARA POTENCIAR LA MOTIVACION EN LOS ADOLESCENTES.

Algunos puntos prácticos para potenciar la M. son los siguientes:

Por parte del propio adolescente:

- Teniendo en cuenta que la motivación no es un proceso estable sino cambiante, ¿cómo me encuentro en este momento para esta cuestión de mi motivación?: ¿pletórico, medio o desanimado?
- El adol. procurará (y el asesor favorecerá) la consolidación de hábitos de trabajo tanto mejor si bien estructurados, orientados y ordenados con lógica.

- Es bueno para tu motivación que pongas en marcha enseguida tus proyectos, sin dilaciones ni distracciones intrascendentes.
- A medida que con tu motivación y trabajo consigas metas, hasta lo complicado se te hará más sencillo.
- Dadas las relaciones existentes entre ambas, potencias tu M. cuando educas tu voluntad.

Objetivos de los educadores:

- Transmitir al adolescente el valor de la actividad para la que pretendemos motivarlo (¿Por qué llevarla a cabo?).
- Potenciamos la M. cuando encargamos al adol. cometidos para los que se cree capaz, no solo de empezar, sino de culminar la tarea encomendada y, además, aquellos le gustan.

Papel de la familia:

- El papel de la familia es básico en la educación de la motivación. La favorecen, como en tantas otras cuestiones: la armonía familiar, el orden y el respeto mutuo en contraposición total a lo que ocurre en las familias anómicas.