



UNIVERSIDAD JUÁREZ AUTÓNOMA DE TABASCO



**DIVISIÓN ACADÉMICA DE CIENCIAS ECONÓMICO
ADMINISTRATIVAS**

ZONA DE LA CULTURA

Mercadotecnia, GRUPO CLM

**“La motivación: reto o problema”
Video / documental**

**Comunicación Oral y Escrita
Deyanira Camacho Javier**

Integrantes

**Andy Mauricio Brito García
Ingrid Dupeyron Estrada
Joel De Jesús Santos Cabello
Miguel Eduardo Rodríguez Carpio**

Febrero – agosto 2025

Introducción

La motivación es un proceso psicológico fundamental que impulsa a las personas a iniciar, mantener y dirigir sus conductas hacia la consecución de objetivos específicos. Se trata de una fuerza interna o externa que moviliza la energía y orienta el comportamiento, ya sea en la vida personal, profesional o académica. En este sentido, la motivación cumple un rol esencial en el desarrollo integral del ser humano, ya que actúa como un motor que promueve el aprendizaje, la superación de obstáculos y la realización de metas. A pesar de que no puede observarse directamente, sus efectos se evidencian a través de la conducta, el rendimiento y la perseverancia de los individuos frente a distintas situaciones.

Desde una perspectiva psicológica, la motivación se manifiesta de diversas formas, siendo influenciada por factores emocionales, cognitivos y sociales. Puede originarse internamente (motivación intrínseca), cuando la persona realiza una actividad por el placer o el interés que esta le genera, o externamente (motivación extrínseca), cuando la acción está condicionada por recompensas o presiones externas. Comprender estos tipos de motivación y sus características permite identificar estrategias más efectivas para fomentarla en diferentes contextos, especialmente en el educativo.

En el ámbito escolar, la motivación es un factor determinante en el proceso de enseñanza-aprendizaje. No solo incide en el rendimiento académico de los estudiantes, sino que también influye directamente en su nivel de compromiso, en su actitud frente al aprendizaje y en su capacidad para enfrentar los desafíos que se les presentan. El entorno escolar, la relación con los docentes, el estilo de enseñanza y las metodologías aplicadas son elementos que inciden notablemente en el desarrollo o la pérdida de motivación. Por ello, resulta de gran importancia analizar cómo puede cultivarse un entorno motivador dentro del aula, así como también comprender las causas que pueden llevar a los estudiantes a perder el interés y la disposición para aprender.

Este trabajo aborda en profundidad los conceptos clave de la motivación, sus características fundamentales, los tipos existentes, y las técnicas que pueden emplearse para fomentarla de manera efectiva. Asimismo, se explora el papel de la motivación en el contexto educativo, destacando la importancia de generar un ambiente seguro, afectivo y participativo en el aula. Finalmente, se reflexiona sobre el valor del trabajo en equipo como una estrategia que no solo potencia el aprendizaje, sino que también fortalece la motivación colectiva, promoviendo una experiencia educativa más significativa y colaborativa.

INDICE

<i>Introducción</i>	<i>2</i>
<i>La motivación</i>	<i>4</i>
<i>Tipos</i>	<i>5</i>
<i>La motivación en la educación</i>	<i>7</i>
<i>Metodología</i>	<i>9</i>
<i>Resultados y discusión</i>	<i>10</i>
<i>Conclusión</i>	<i>11</i>
<i>Referencias</i>	<i>12</i>

La motivación

Es el motor que nos impulsa a seguir adelante, a enfrentar desafíos y a lograr nuestras metas. Es aquello que nos mantiene activos en la búsqueda de lo que deseamos, ya sea un logro personal, profesional o cualquier otro objetivo que nos propongamos.

Características

Es un fenómeno psicológico interno: No puede medirse u observarse directamente, sino que se estudia a través de los comportamientos que desencadena y de los resultados que se obtienen.

Es compleja: Integra aspectos cognitivos, emocionales y sociales: Por ejemplo, sentirse motivado a estudiar una carrera puede estar impulsado por una aspiración personal o por un mandato familiar.

Es intencional o propositiva: Está orientada a cumplir una meta u objetivo planteado con anterioridad. Por ejemplo, vender más, producir más o aprender un idioma.

Genera conductas activas o persistentes: Implica que se enfoque la energía en dirección a un objetivo. Por ejemplo, entrenar para mejorar el rendimiento deportivo.

Genera autoestima: El planteo de nuevos desafíos y el logro de metas renueva la confianza en uno mismo. Por ejemplo, emprender una nueva actividad puede ayudar a descubrir nuevas fortalezas.

Se retroalimenta: Mueve la conducta en determinada dirección y, al obtener resultados positivos, fortalece el entusiasmo por esa conducta. Por ejemplo, aprender algunas letras motiva a los niños a leer palabras.

Se diferencia de la presión: Es un estímulo positivo, distinto a sentir obligación de hacer algo. Por ejemplo, en un ámbito laboral establecer metas claras y a corto plazo genera una sensación de logro que motiva a esforzarse.

Tipos

Intrínseca: La motivación intrínseca es un tipo de motivación que tiene íntima relación con los estímulos a nivel interno. Por lo tanto, depende de las recompensas que las personas promueven a sí mismas, lo que significa que nace de una voluntad genuina.

De esta forma, son los propios colaboradores quienes buscan maximizar su satisfacción personal por el simple hecho de llevar a cabo sus funciones, independientemente del provecho material del trabajo. Así, este tipo de motivación tiene que ver con la autorrealización.

Características

Tiene como origen a uno mismo.

Los motivadores de este tipo de motivación no necesariamente son monetarios.

Generalmente son intangibles y tienen que ver con la realización personal.

Es eficaz para potenciar a los equipos a entregar cada vez mejores resultados a lo largo del tiempo.

Extrínseca: De los dos tipos de motivación general que existen, la motivación extrínseca es aquella que depende de fuerzas externas. En esta, los comportamientos o acciones están determinados por la búsqueda de recompensas tangibles o intangibles.

Características

Impulsada por factores externos.

Los motivadores de este tipo de motivación pueden ser internos o externos.

Funciona perfecto para el corto y mediano plazo (no así para el largo plazo).

Puede haber recompensas financieras o no.

Ligada al reconocimiento laboral.

Técnicas de la motivación

1. ***Establece objetivos:*** Una de las estrategias que más se utilizan para mejorar la motivación es el establecimiento de objetivos. En inglés se suele utilizar el

acrónimo SMART (*Specific, Measurable, Achievable, Realistic, Timely*) para recordar esta técnica. Esto significa que el objetivo tiene que ser específico, medible, alcanzable, realista y temporal.

2. *Prioriza*: En el caso de la procrastinación, es necesario realizar primero las tareas que sean más complejas, que requieran mayor tiempo, sean urgentes o directamente sean menos agradables. Esto permite que no estés dejando estas tareas para más adelante y puedas ser más productivo a lo largo del día.
3. *Pequeños pasos*: Separa las tareas o actividades que tengas que realizar en pequeños pasos para llegar a finalizar la tarea. Puedes, por ejemplo, descansar cada 30 o 45 minutos para retomarlo después. También puedes pensar en qué pasos tienes que seguir para conseguir la tarea que te has propuesto. Esto permitirá que tengas la sensación de que vas avanzando y acercándote a tu objetivo.
4. *Utiliza incentivos*: Junto con la estrategia anterior, puedes marcarte pequeñas «recompensas» cuando consigas uno de estos pasos. Por ejemplo, tómate una pequeña pausa para tomarte un café y cuando consigas el objetivo final, ves a ver una película al cine con tus amigos.
5. *Modifica el pensamiento*: El cómo pienses sobre ti mismo y sobre tu capacidad para conseguir los objetivos también marcará tu capacidad para alcanzarlos. Si, por ejemplo, no crees en que lo vas a conseguir y piensas «sabía que no lo iba a conseguir», acabará afectando a tu autoeficacia y confianza en ti mismo.

La motivación en la educación

La motivación es un factor fundamental en el proceso educativo. Se refiere al impulso interno o externo que orienta el comportamiento de los estudiantes hacia la realización de tareas académicas, logrando así un rendimiento óptimo y una experiencia de aprendizaje significativa. La motivación no solo influye en el desempeño académico, sino también en la actitud de los estudiantes hacia el aprendizaje, el esfuerzo y la persistencia frente a desafíos.

Existen dos tipos fundamentales de motivación: intrínseca y extrínseca. La motivación intrínseca se refiere a la realización de una actividad por el placer y la satisfacción personal que genera, mientras que la motivación extrínseca se basa en recompensas externas o en evitar consecuencias negativas.

A. La motivación en el aula.

- *Enseñanza Participativa:* Fomentar la participación de los estudiantes, alentando preguntas y discusiones, puede aumentar la motivación. Los estudiantes se sienten más comprometidos cuando su voz es escuchada y tienen un rol activo en su proceso de aprendizaje.
- *Diversificación de las Estrategias de Enseñanza:* Los métodos de enseñanza variados, que incluyen actividades prácticas, el uso de tecnología, y el aprendizaje basado en proyectos, hacen que el contenido sea más atractivo y relevante para los estudiantes.
- *Retroalimentación Constructiva:* La retroalimentación positiva y constructiva permite que los estudiantes comprendan su progreso, lo que aumenta su motivación. Es importante que los estudiantes sientan que sus esfuerzos son reconocidos y que pueden mejorar continuamente.
- *Ambiente Afectivo y Seguro:* Los estudiantes se motivan más cuando se sienten emocionalmente seguros. Un ambiente que promueve la colaboración, el respeto mutuo y el apoyo emocional contribuye significativamente a la motivación.

B. Cómo se motiva un estudiante.

- *Fomentar la Autonomía:* Según la teoría de la **autodeterminación**, los estudiantes se sienten más motivados cuando tienen control sobre su aprendizaje. Permitirles tomar decisiones, elegir proyectos o tareas, y tener un sentido de propiedad sobre su educación puede aumentar la motivación intrínseca (Deci & Ryan, 1985).
- *Metas Claras y Realistas:* Los estudiantes necesitan tener metas claras para orientarse. Según la teoría del establecimiento de metas de Locke y Latham (1990), las metas claras y desafiantes pero alcanzables aumentan la motivación, ya que proporcionan una dirección específica y un propósito para el esfuerzo.
- *Relaciones Positivas con los Docentes:* Los estudiantes motivados son aquellos que sienten apoyo emocional y académico. La conexión entre los docentes y los

estudiantes es clave para el desarrollo de la motivación, ya que la interacción positiva con los maestros fomenta la confianza y el interés por el aprendizaje.

Desarrollo de Competencias: La percepción de competencia y éxito en las tareas académicas es esencial para mantener la motivación. Cuando los estudiantes experimentan éxito, se sienten más capaces y motivados a seguir aprendiendo.

C. Los premios o recompensas en el aprendizaje.

- *Recompensas Extrínsecas:* Las recompensas extrínsecas (por ejemplo, calificaciones, premios, reconocimientos) son útiles para fomentar el esfuerzo inicial y motivar a los estudiantes a realizar tareas que de otra manera podrían no disfrutar. Sin embargo, el uso excesivo de recompensas extrínsecas puede disminuir la motivación intrínseca si los estudiantes se enfocan más en obtener recompensas que en disfrutar del proceso de aprendizaje (Deci, Koestner, & Ryan, 1999).
- *Recompensas y Motivación Intrínseca:* Aunque las recompensas pueden ser útiles a corto plazo, la motivación intrínseca (el deseo de aprender por el propio valor del aprendizaje) es más duradera. Según la teoría de la **autodeterminación**, las recompensas deben ser diseñadas para apoyar la autonomía y no para controlar el comportamiento de los estudiantes (Deci & Ryan, 1985).
- *Premios como Refuerzo Positivo:* Usados con moderación, los premios pueden reforzar los logros y comportamientos positivos sin que estos disminuyan el disfrute y el compromiso con el aprendizaje.

D. Las principales causas por las que se pierde la motivación en la escuela.

- *Falta de Autonomía:* Cuando los estudiantes sienten que no tienen control sobre sus decisiones de aprendizaje, la motivación puede decaer. Los enfoques educativos que no permiten la participación del estudiante en su propio proceso de aprendizaje pueden generar desinterés y desmotivación (Deci & Ryan, 1985).
- *Ambiente Escolar Negativo:* La presencia de factores como el acoso escolar, la falta de apoyo emocional o un ambiente de aprendizaje estresante puede llevar a los estudiantes a desconectarse emocionalmente de la escuela. Un ambiente negativo puede causar ansiedad y una actitud negativa hacia el aprendizaje (Wentzel, 1997).
- *Falta de Conexión con el Contenido:* Cuando los estudiantes no perciben relevancia en lo que están aprendiendo, pueden perder la motivación. La desconexión entre el contenido del curso y los intereses personales de los estudiantes puede generar desinterés (Schunk, Pintrich, & Meece, 2008).
- *Fracaso y Falta de Éxito:* La falta de éxito repetido en las tareas académicas puede disminuir la confianza de los estudiantes y, por lo tanto, su motivación. Los

estudiantes que sienten que no tienen éxito, a pesar de sus esfuerzos, pueden rendirse y perder el interés (Bandura, 1986).

- *Falta de Apoyo Social:* El aislamiento social o la falta de apoyo de sus compañeros y maestros puede ser un factor desmotivador. Los estudiantes que no se sienten apoyados o aceptados en su comunidad escolar pueden experimentar desinterés y desesperanza.

Metodología

- I. Como se realizó el proyecto en el grupo
Método de investigación-acción
A. Video/Documental

La realización del proyecto se llevó a cabo tomando como base los contenidos abordados en clase y el desarrollo observado en los demás equipos. A medida que avanzaban las sesiones y evolucionaban las propuestas de los otros grupos, las ideas para nuestro video/documental también fueron modificándose de manera constante. Llegar a una propuesta definitiva representó un reto, y el proceso tomó aproximadamente tres semanas. No obstante, logramos concluir el video/documental de manera orgánica y comprensible para el público espectador.

Durante su elaboración, utilizamos contenido que consideramos pertinente proveniente de diversas fuentes en internet, lo cual nos permitió abordar los distintos tipos de motivación y las emociones presentes en el aula. Esto nos ayudó a construir un contenido didáctico y atemporal, capaz de generar en cualquier alumno o docente incluso sin vínculo directo con el proyecto, una reflexión crítica y analítica sobre su situación actual, tanto en el ámbito académico como personal.

Además, durante este proceso no solo fortalecimos nuestras habilidades técnicas y creativas, sino que también aprendimos a trabajar de manera colaborativa, gestionando las ideas y opiniones de cada integrante para alcanzar acuerdos y tomar decisiones conjuntas.

Resultados Video link

https://drive.google.com/drive/folders/1RQA7Bny38Q5pVHRbtHOCXty7iMIsMIPa?usp=drive_link

Conclusión

La motivación, tanto intrínseca como extrínseca, representa una herramienta poderosa para alcanzar metas personales y colectivas, especialmente en el ámbito educativo. Su influencia va más allá del rendimiento académico, impactando directamente en la autoestima, el desarrollo de competencias y la actitud de los estudiantes frente al aprendizaje. En este sentido, el trabajo en equipo se vuelve fundamental, ya que permite la construcción de un entorno de apoyo, colaboración y respeto mutuo, donde todos los integrantes se sienten valorados y motivados a dar lo mejor de sí. La experiencia de realizar este trabajo de forma colaborativa ha sido un claro ejemplo de cómo la motivación compartida y el esfuerzo conjunto pueden potenciar resultados significativos, demostrando que cuando se unen las fortalezas individuales con un objetivo común, el aprendizaje se vuelve más enriquecedor y significativo para todos.

Referencias

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.

Crehana. (2023). Tipos de motivación: ¿cuáles son para maximizar el potencial de tu equipo?. <https://www.crehana.com/blog/reclutamiento-contratacion/tipos-de-motivacion/>.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer Science & Business Media.

Deci, E. L., Koestner, R., & Ryan, R. M. (1999). *A meta-analytic review of experiments examining the effects of extrinsic rewards on intrinsic motivation*. *Psychological Bulletin*, 125(6), 627–668. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.6.627>

ENCICLOPEDIA HUMANIDADES. (s,f.). Motivación. <https://humanidades.com/motivacion>.

Economipedia. (2024). Motivación: que es y que tipos hay. <https://economipedia.com/definiciones/motivacion-2.html>.

Psicólogos animae. (2023). Cómo aumentar la motivación. <https://psicologosanimae.com/como-aumentar-la-motivacion/>.

Locke, E. A., & Latham, G. P. (1990). *A theory of goal setting & task performance*. Prentice-Hall.

Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2008). *Motivation and learning: Theory, research, and applications*. Pearson.

Wentzel, K. R. (1997). *Student motivation in middle school: The role of perceived pedagogical caring*. *Journal of Educational Psychology*, 89(3), 411–419. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.89.3.411>