

M 3**Merkmale von Motivation****M 3 a****Begriffsdefinition und Erläuterung****info**

Motivation ist der allgemeine Begriff für alle Prozesse, die der Initiierung, der Richtungsgebung und der Aufrechterhaltung physischer und psychischer Aktivitäten dienen. Das Wort Motivation stammt vom Lateinischen *movere*, was so viel bedeutet wie „bewegen“.

Aus: Richard J. Gerrig/Philip G. Zimbardo: Psychologie, übersetzt von Brigitte Ricker, Markus Nagler, Dagmar Mallett, Ralf Graf, München: Pearson Deutschland 2008, S. 414

Aus dieser Definition und den vorangegangenen Erkenntnissen lassen sich folgende **Merkmale** ableiten:

- 1 **Aktivierung:** Motivation bedeutet Initiierung – Auslösung – von physischen und psychischen Aktivitäten (durch innere Triebe, Ziele, Bedürfnisse und äußere Anreize).
- 2 **Richtung:** Motivation bedeutet auch, diese Aktivität in eine bestimmte Richtung zu bewegen, die Befriedigung von Trieben und Bedürfnissen sowie das Erreichen von Zielen und Anreizen ermöglicht.
- 3 **Intensität:** Die Aktivitäten können mehr oder weniger engagiert ausgeübt werden.
- 4 **Ausdauer:** Die Aktivitäten können nur kurz bis hin zu dauerhaft aufrechterhalten werden. Sie können abgebrochen werden, sobald Schwierigkeiten auftreten, oder trotz Hindernissen fortgesetzt werden.

ARBEITSAUFRÄ

- 1 Ordnen Sie sich – je nach subjektiver Vorliebe – Arbeitsgruppen zu den folgenden Themen zu:

- Schule/Beruf
- Sport
- Computerspiele
- Musik
- soziale Beziehungen
- kreatives Gestalten
- Wissenserwerb
- Ehrenamt

Teilen Sie eine Gruppe, sobald sich mehr als fünf Personen zu einem Thema zugeordnet haben, und wählen Sie eine bestehende Gruppe, sobald Sie sich nur allein zu einem Thema zugeordnet haben.

- 2 Einigen Sie sich in Ihrer Gruppe auf ein konkretes Ziel/Bedürfnis, das Sie mit großer Motivation anstreben – oder sich vorstellen können anzustreben.
Verdeutlichen Sie die Merkmale von Motivation ausführlich an diesem Beispiel.
- 3 Gestalten Sie ein Plakat mit den wichtigsten Stichpunkten und gegebenenfalls Zeichnungen.
Erstellen Sie außerdem eine kopierfähige ausführlichere Darstellung und bereiten Sie sich darauf vor, Ihre Ergebnisse dem Kurs zu präsentieren.