

Join us on telegram

@freshman_files

@freshman_midexams

@freshman_finalexams

→ ስለም የተወደደቂ ተማሪዎች አንድነት ፍቃድ?

በለሆዎች ተምህርታቸውን chapter 4ን መረጃና :: ዘመኑን የሚከተሉትን chapter አንድምራለን

ዘግጃጀት ? 

 CHAPTER -5

MOTIVATION AND EMOTIONS

Chapter Overview:

 This chapter introduces the concepts of motivation and emotion.

➡ በዚህ ማስረጃው ሆለት ቅልፍ የሰጠቸውን እናያለን motivation እና emotion ::

🎁 የዘመዣ ስምምነት Learner appetizer ከዚህም የተወስደ ነው ::

✉️ Learner appetizer:

“It seems that the necessary thing to do is not to fear mistakes, to plunge in, to do the best that one can, hoping to learn enough from blunders to correct them eventually.” Abraham Maslow

📒 Learning Outcomes:

📊 After successful completion of this chapter, you are expected to:

✓ Define what motivation is

✓ Identify the two types of motivation

✓ Compare the different theories of motivation

✓ Explain the different types of conflicts of motives

✓ Define what emotion is

 Discuss the three elements of emotion

 Discuss the different theories of emotion

 እነዚህ ማስረጃዎች ስያልቅ ሲሆን የሚከተማውንም ቅዱት ነው ::

Motivation

Definition and types of motivation.

 Motivation is a factor by which activities are started, directed and continued so that physical or psychological needs or wants are met.

 Motivation የሚገለው ለሆኑ አንቀሳቸው መሬመር : መመራቱ እና መቀበል ቅዱንያቱ የሚሆን ፍላጊቶችንን አንድፍሮላ የሚያደርግን factor ነው ::

 The word itself comes from the Latin word _Mover', which means –to move.

 ቁላ ካLatin የተገኘ ሲሆን መንቀሳቸው የሚል ተርጉም ይሰጣቸል :: በፊጥም ሁሉም ቁጥሩ ያለን ስዕስ ለመቀሳቸው "ተንቀሳቸው" የሚል አማርኛ አንጻርቃለኝ? እለማው Motivation ነው ::

→ For example, when a person is relaxing in front of a television and begins to feel hungry, the physical need for food may cause the person to get up, go into the kitchen, and search for something to eat.

→ ለምሳሌ የሆኑ ስዕስ ፈልም እያየ በርበው ተነስቶ ምግባር ለማምጣት ይፈጸዳ :: ስለዚህ እናገዣ ለመከተቱ motivate የሚያደርግ ምክንያት ሆኖታል ::

→ There are different types of motivation. But, it is possible to categorize them into two:

✨ Intrinsic motivation

✨ Extrinsic motivation.

→ ሆኖታ አይነት motivation እሉ:- intrinsic እና extrinsic በዚሁ ይከፈላሉ :: እነዚን እንደ 😊

👉 Intrinsic motivation is a type of motivation in which a person acts because the act itself is rewarding or satisfying in some internal manner.

➡ Intrinsic motivation የምንለው የምናደርሰው ነገር በራስ እንደ
ሽልማት ቅጥሩን ስፍድርሰው ነው :: ፍርቃች እራስ እርከታን የሚሰጠን
ከሆነ ያንን ለማድረግ የሚኖሩን motivation :- Intrinsic motivation
እንለዋለን 😎

ለምሳሌ ማንበብ በራስ የሚያስደስትን ከሆነ ወይም ለማንበብ
motivate የምንሆነው ማንበብ ሲለማያስደስትን ከሆነ ይህንን
Intrinsic motivation እንለዋለን :: ህላቂንም ለዘሱ ያብችን 😊
እኝን 🙏

➡ Extrinsic motivation is a type of motivation in which
individuals act because the action leads to an outcome
that is external to a person. .

➡ Extrinsic motivation የምንለው ደንም ያንን ፍርቃች ለሌላ
external ነገር ሲንፈ የምናደርሰው ከሆነ ነው

ለምሳሌ የምናበብ ስልማት ለማግኘት : አይነቶች ለማግኘት ከሆነ
የለን Extrinsic motivation ነው እንለለን 😊

✈ Approaches to motivation (theories of motivation)

👉 The sources of motivation are different according to
the different theories of motivation.

🖱️ ቁጥሮን ሲለ motivation የሚችሉ የተባለ theoryዎች
እንደዚህ አገልግሎት ::

➡ Some of these theories are

- ⭐ instinct
- ⭐ drive-reduction
- ⭐ arousal
- ⭐ incentive
- ⭐ cognitive
- ⭐ humanistic.

1. Instinct approaches to motivation

👉 One of the earliest theory of motivation that is focused on the biologically determined and innate patterns of both humans and animals behavior is called instincts.

🕊️ የሚችሉ አገልግሎት Instinct የሚገለው ነው :: የሰው ልቦችን
motivate የሚያደርጋቸው ወይም የሚያቀቀቸው ተፈጥናዊ ቅይታው
ነው ይላል :: መረጃዎች : መጠማቻቸው : በርድ : መቀኑ
የሚሰማቸው መሆናቸው ለነዚህ ሲለ የተለያዩ ንብረቶችን እንዲያደርጋ
የደርጋቸዋል :: ሲለዘኗም motivation :-Instinct ነው ይላል 😊

👉 Just as animals are governed by their instincts to do things such as migrating, nest building, mating and protecting their territory, early researchers proposed that human beings may also be governed by similar instincts.

👉 According to this instinct theory, in humans, the instinct to reproduce is responsible for sexual behavior, and the instinct for territorial protection may be related to aggressive behavior.

 አንደኛርምናቸው ስያስረዱው ላይሁ instinct θብያቶች የተፈጻሚ
በሆኖ እኔ እና :: ለምሳሌ የሰው ልማት የመራበት instinct ሲለለችው
sexual ባህሪ አለችው :: ገዢታችውን የመጠበቅ instinct ሲለለችው
ቁጥር ባህሪ አለችው :: ይለናል :: በእጣቃለይ ላይሁ instinct ባህሪዎች
motivate ያደርገናል የሚለው :-Instinct approaches to
motivation ነው 

2. Drive-reduction approaches to motivation.

👉 This approach involved the concepts of needs and drives.

➡️ በለተኞች theory Drive-reduction የምንለዎች ሲሆን በለተኞች ላይ ተከራክ ያደርጋል ::needs እና drives ላይ :: የምንድናቸው ?
🤔

➡️ A need is a requirement of some material (such as food or water) that is essential for the survival of the organism.

➡️ need የምንለዎች የሚያስፈልገን የኖች የሚይዘው ማለት ነው ::
ምግብ : ወሂለመኖር የሚያስፈልገን የኖች ማለት ነው 😍

👉 When an organism has a need, it leads to a psychological tension as well as physical arousal to fulfill the need and reduce the tension. This tension is called drive.

⭐ እንደ ሆኖዎት ያለው የኖር ደንብ ያልተሟላ need ከለዎች
psychological ወጥረት ወሰን ይገባል :: ማለትም በዚ state
መቆየት እናፈልግም ስለዚህ ይህንን ወጥረት ለመቀነስ ይደጋል :: ይህ
ወጥረት እንዲሆጣ የሚያደርጋው በመሆኑ drive እንለዋል ::

ՀԵՌՆ ԱՄԱԺԻՐԻ ՋԵՐԱԼ : ՔՈՎԱ ԴՐԱՆ ԱՄԱԺԻՐԻ ՋԵՐԱԼ  :
ՏՆԱԺԻ ԱՄԱՐԴԻ ՋԵՐԱԼ  ՀՅՈՒԹՔՄ ՀՈՎԻ ՔՈՎ ԱՖ ՔԴԻՄԱՆ : : ԱՅ ՔՈՎ ԱՖ ՔԵՆ ԱՄԱՋԻՐԻ ՋԵՐԱԼ Drive ԱՄՓՈՒՆ ՔՄԱՐՄՈՒՄ motivation ՔDrive-reduction ԿԾԵ ԿՈՎ ԱԼՆԱԼ 

👉 Drive-reduction theory proposes just this connection between internal psychological states and outward behavior.

➡ ԱՆ ԷՍ theory ՔՈՎ ԱՖ ՈՒՄՎ ՄԱԺՆ ՔՆ ԱՄԱԺԻՐԻ ԻՄԱՅԻՐՈ ՈՎԵՎ ՊՍՀ ԿԸ ՀՅԵՒ ԱՓՅՈՒՆ : :

➡ In this theory, there are two kinds of drives; primary and secondary.

🖱️ Theory ՈՒ ՈՎՀԵՆ ՈՍԼԻ ԻԳԼ ՔԴԻՄԱՆ : : primary ԱՆ secondary.

💻 Primary drives are those that involve survival needs of the body such as hunger and thirst

➡ Primary drives ՔՄԱՂՖՈՒ ՈՎԵՈՒ ԱՄՓԻՆ ՔՄԱՅԻՌԱԴԱՐՆ ԿԵՐՔ ՈՆԴԱՐ ՔՄԱԴՈՎ ՈՎՀԵՆ ԿՈՎ : : ՀԵՌՆ : ԴՄԴՆ

★ Secondary drives are those that are learned through experience or conditioning, such as the need for money, social approval.

 Secondary drives የዚያም የሰው ልን በኋይ ጥሩት የሚፈጥሩትዎች ወጥረቶች ፍቃዎች :: ገንዘብ : ተቀብያነትን የሚገኘው ፍለሳት

👉 This theory also includes the concept of homeostasis, or the tendency of the body to maintain a steady-state. When there is a primary drive need, the body is in a state of imbalance. This stimulates behavior that brings the body back into balance or homeostasis.

 ይህ drive-reduction theory ከhomeostasis ነው ይገኙል :: homeostasis ትምህር ሁሉ :- የሰውነታችንን ቅሬ ያለተባበ ሆኖታ ወሰን የሚሆን ፍላጊ እንደሚከተሉት አገልግሎት ነው :: እና የሆነ አስፈላጊ ንብረቱ ከይማለሁ ወጥረት ወሰን ከራባን ስዎችንን ያንን ጉዳቸው መረጃዎች ይፈልጋል :: ላይ እንደ homeostasis ማለት ነው 

👉 Although the drive-reduction theory works well to explain the actions people take to reduce tension created by needs, it does not explain all human motivation. Why do people eat when they are not

hungry? People do not always seek to reduce their inner arousal, either sometimes they seek to increase.

🕊️ drive-reduction theory ይህንን ሁሉ የሰራራ ቤታቸው :: አሁንም እንዲገኘ ያልተመለከት ጥያቄዎች ግኝ እለ :: ለምሳሌ ስዋች እንዲበላ የሚያደርጋቸው ሆኖ ከሆነ ስይሱቸው ለምን ይበላለ ? : ስዋች የሚደጋገጫ ወሰጣቸው ያለውን ወጥረት ለመቀበስ ከሆነ እንዲገኘ ያንን ለመጨመር ለምን ይደጋል ? 😊

🔋 ለምሳሌ motivational video እናያለን ወሰጣችን ያለውን tension ወይም ወጥረት ለመጨመር እና እነዚህን የሚሰለ ጥያቄዎችን መመለሰ አልቻለም :: መልሰን ላሎች ላይ ካናናን እንማከራለን 😊

3፡ Arousal approaches: beyond drive reduction

👉 Arousal approaches seek to explain behavior in which the goal is to maintain or increase excitement.

➡️ ስስተኞች theory :- Arousal እንለዋለ :: የሰው ላጅ የሚደጋገጫ ደስተኞችን ለመጨመር ነው ይለናል :: ወይም ደስተኛ ለመሆን ነው ይለናል ::

→ According to arousal approaches to motivation, each person tries to maintain a certain level of stimulation and activity.

■ በእኔ approach መሰረት የሰው ላይ ይስታውን ለማሳጠበቅ በሆነ ደረጃ መነፁቷት እና መንቀሳቀስ ይፈልጋል :: ማለት ?  

👉 As with the drive-reduction model, this approach suggests that if our stimulation and activity levels become too high, we try to reduce them. But, in contrast to the drive-reduction perspective, the arousal approach also suggests that if levels of stimulation and activity are too low, we will try to increase them by seeking stimulation.

👉 እንደ drive-reduction model ው-ጥሩት ካፍተኛ ሲሆን ወይም በጣም ስንዕቅ ያንን ለመቀነስ እንደጠላን ይለናል :: ከ drive-reduction model በተቋሩኅው ምንም ው-ጥሩት ካለለብን ወይም የተማለ ሆኖታ ወሰኑ ሲሆን ያንን ለመጨመር እንተራለን ይለናል :: ሲለእኔ arousal approaches ሁሉቱንም የሚያሳይሩ ነው 

→ ለምሳሌ ፍተና ሲደርሰብን በጣም እንዲቀርቡት :: ጥሩ ወጪኑ የሚገኘኝ ፍላጊችን ው-ጥሩት ይፈጥራል :: ከዚ ያንን ው-ጥሩት ለመቀነስ በሚንበብ እንደጠላን :: ከዚና በኋላ ገን ለቀጣም ፍተና ማንበብ

አንድልና አንችልም :: ፈተናው ገኑ ስለሆነ moral እድናገኘም ከዚ ያገኙ moral ለማምጣት motivational video እናያለን :: ይ ወጥረቱ ሲቀንስ ለመጨመር አንድልጋለን :: ለዘም ነው የሰው ልጅ በሆነ ደረጃ መኖቃቸው እና መንቀሳቀስ ይፈልጋል የሚለን ይህ arousal approaches :: ግልፅ ነው ? 

4፡ Incentive approaches: motivation's pull

→ Incentive approaches to motivation suggest that motivation stems from the desire to attain external rewards, known as incentives.

🖱️ Incentive የምንለዎች approach :- motivation የሚጠበቅው ከምናገኘው ወጪዎች ስልማት ነው ይለፍል :: የሰው ልጅን አንዲደግ የሚያደርግው በኋላው ወሰን አርከታ ሲለለው ካይሆን ለሚያገኘው ጥሩም ነው :: more realistic 😊

👉 In this view, the desirable properties of external stimuli: whether grades, money, affection, food, or sex—account for a person's motivation.

* ወጪዎች ስልማት ያለቻው ጥሩ ወጪቱ : ገንዘብየመሰሳለት የራይችን ነው ::

→ Many psychologists believe that the internal drives proposed by drive-reduction

theory work in a cycle with the external incentives of incentive theory to —push|| and —pull|| behavior, respectively.

→ አብዛኛው psychologistዎች ደንም drive-reduction theory (የምንደጋዥ ወሰንና ለሚጠይቷን ፍላት ነው የሚለን theory) እና ይህንን incentive theoryን (ለውጭዎች ጥቅም እንደጋለን የሚለውን)አንድ ላይ በmotivation ወሰን አስተዋወ እንዲለቻው ይኖራል :: እንደት መሰላቸ ..

→ Hence, at the same time that we seek to satisfy our underlying hunger needs (the push of drive-reduction theory), we are drawn to food that appears very appetizing

(the pull of incentive theory). Rather than contradicting each other, then, drives and incentives may work together in motivating behavior.

→ ለምሳሌ ስንጂ መረጃዎችን በሩስት ለመከላት ወሰንና motivation በሆነም በምግባር አስተዋወነኑን ደንም ይከላል ለመከላት እንደጋለን :: እርቦች እኩን በጥም ጥቅም ማሻሻል 😊 ፍላት በያስቀምጥ በእርግጹንኑን ተበለታለቸ እ? የሱ እንደወጥም ተናገሩ ካልመይናለ በልቻቻቻል .. 😅 እና ለመከላታቸ ተጠናቸ

/motivator ማኅው መሬት ወይስ የምግባ ወሰት ..??ሆለቱም ፍቃዣ :: መሬት ካወሳኑ push ሲያደርጋች ወይም ስራቱች የምግባ ወሰት ደንሞ pull ያደርጋችል ወይም ካወሳኑ ይሰጣችል :: ስላክህ motivation የሆለቱም ወጪት ነው ይለናል psychologistዋቻን


5፡ Cognitive Approaches: the thoughts behind motivation

- Cognitive approaches to motivation suggest that motivation is a result of people's thoughts, beliefs, expectations, and goals.

- Cognitive approaches የምንለው ደንሞ ለmotivation ወይም ለረጋገጫን ተጠናቁ የሚያደርገው ለንደኛ የምንሰው በታቸው እምነት : ግምት እና ግብ ነው ይለናል ::
እኔን በደንብ ያስማማኝል 

- For instance, the degree to which people are motivated to study for a test is based on their expectation of how well studying will pay off in terms of a good grade.

 ለምሳሌ ስዕች የሚያጠኑት ማጥፊት : መልቀት ቅርቡን ይከፍልፈል
በለዕስ በሰነድ ልዩ ነው :: ለዚ ነው ለተማሪዎች ማጠረታቸው
የሚያስፈልገው እይደል ? ይኩወ ጥሩትህ ከፍለሁል ስንለዕስ ለጥረቱ
የሚኖሩው ወይም የሚሰጠው በታ : እምነት : ግምት እና ገብ ይብላጥ
እንዲሆጣ ያደርግዋል 😊

👉 በታ : እምነት : ግምት እና ገብ of motivation draw a key
difference between intrinsic and
extrinsic motivation.

🖱️ እና ይህ Cognitive approaches :- intrinsic እና extrinsic
motivation ለይቻ አስቀምጠል 👇

መሬት ለይ እያተናቸዋል ::

👉 Intrinsic motivation causes us to participate in an activity for our enjoyment rather than for any actual or concrete reward that it will bring us.

🖱️ Intrinsic የምንለዕስ የኞች በራሱ የምንወደወጥ ሲለሆነ
እንደማናደርገው እያተናል :: ለምሳሌ ስናነት የምናነበዎች ማንበብ
ስለሚያስፈልገትን ከሆነ ... Intrinsic motivation እንደምንለዕስ
ተካሃገናል 😎

→ In contrast, extrinsic motivation causes us to do something for money, a grade, or some other actual, concrete reward.

→ extrinsic ደንም ለወጪው ጥቂም አስበት ፍጥቶና ስፍደርና እንደሆነ ታኞቃረል :: እነዚህ ሁለቱን ደንም ለልጥቶና ከሚኖሩን እያታ እንዲ ከፍሎ የብኩራል Cognitive approaches ንዑስ ማለት ንዑስ



6፡ Humanistic approaches to motivation

🌀 ለለፈዎች approaches ደንም Humanistic approaches ንዑስ :: እስከ ፍን እንደሚለን እንሰማው ... 😊

→ Abraham Maslow was one of the early humanistic psychologists who rejected the dominant theories of psychoanalysis and behaviorism in favor of a more positive view of human behavior.

✍️ Abraham Maslow የሚባለው የዘኝ ማለት ከpsychoanalysis እና ከbehaviorism በተሳሳይ ለሰው ለዚህ positive የህንን approaches እለት ይላል :: እንደማታቸው ምርመራ ምርመራ :- psychological problem ለይ የሚያጠበና ምርመራ ምርመራ ደንም ሲቀኑ በበኩራ ለእና እንሰሳ ሁሉ

እንዲት shape ማድረግ እንዲለበት የሚገኘው ነው :: እና Maslow ይህ
ለሰው ላች የሚገባውን ካብር አልሰጣም ይላል 😊

→ Maslow suggested that human behavior is influenced by a hierarchy, or ranking, of five classes of needs, or motives.

→ Maslow የሰው ላችን ፍለኑት እና አለማ በደረጃዎች ማደጋ
አስቀምጥል ⤵

🕊 He said that needs at the lowest level of the hierarchy must be at least partially satisfied before people can be motivated by the ones at higher levels.

🖱️ እና እነዚህን ፍለኑቶች ካብር ወደለይ ዘርዝሩ የሰው ላች ፍለኑት
ከተማናው አልሆነ ወደ ህላተናው ለመሆኑ የሚችለውን ቤታን
በግማሽ ማሞላት አለበት ይለናል :: ለምሳሌ አንድ ስው የምግብ
ፍለኑን ቤታን በግማሽ ካለዋል ስለዚህንና ለያስበት እየቻልም ::
ለዚም ነው የሚፈጸሱ ስውቶች መተክር ካይደሩ ስርቆት እና ወንጀሎች ላይ
የምናገናናዎች 😔

→ Maslow's five Hierarchies of needs for motives from the bottom to the top are as follows:

→ ከስር ወደ ላይ የጠቀሻዎን ፍላጥኝ ከታች ተምሩን እንሰልከት ይ
በVideoም በደንብ እድተፍቻዋል 😊

1. Physiological needs- these are biological requirements for human survival, e.g. air, food, drink, shelter, clothing, warmth, sex, sleep.

🔋 የሚችለው Physiological needs ፍቃዎች :: በተፈጥሮ የሚያስፈልገን እንደ ማግኘት :: መጠለያ :: እየር ... ያለ ነገሮች ፍቃዎች :: ቁጥሪን ለማስከ እነዚህን ቤቶን በጣም ማሚያ ማሚያ ያስፈልጋል 😊

2. Safety needs- protection from elements, security, order, law, stability, freedom from fear.

🖱️ ህለተኛው ይሁንና ነው :: ነዑ የሆኑ የተረጋገጧ ስለማዋ ነው
እንዲልጋለን :: መስራታዊ የሚባለ Physiological ፍላጥኝዎንን
ከሚለን ቁጥሪን መረጃዎን እንስለን :: ይሁን በከፊል ስፍሚያ ይገባ
እንቀጥለለን ::

ወደ እኩ 😞

3. Love and belongingness needs- after physiological and safety needs have been fulfilled, the third level of human needs is social and involves feelings of belongingness.

 ስለተኞች ፊቃር እና belongingness ወይም ለሌሎች የሆኑ አካል የመሆን ፊላኩታችን ይቀጥላል ::

Examples :

 friendship, intimacy, trust, and acceptance, receiving and giving affection and love.

Affiliating, being part of a group (family, friends, work).

 ለምሳሌ ጉዳዮች : ተስክር : እምነት : ተቀብያት : መወደድ እና መወደድ : የሆኑ በፊት ወሰን አካል የመሆን ቤትሰባ ወሰን ለሆነ ይችላል ጉዳዮች ወሰን በታ የማግኘት እና መሰረጃ ፊላኩታች ይኖሩናል


4. Esteem needs- the need to be respected as a useful, honorable individual; which

 እኂተኞች Esteem ነው የመከበር እና ወርቅ ያለው መቻሚ ስው መሆን ዳግሞ እንዲፈልጋለን :: መቻስ አያልቀበን 

👉 Maslow classified into two categories:

💻 Maslow አራተኞችን ፍላት esteemን በሆለት ከፍለው የየዋል ::

(i) esteem for oneself (dignity, achievement, mastery, and independence)

◆ የመጀመሪያው ለፈሳቸውን የምንሰጠው ክስር : ደረጃ ..😎 ሲሆን ...

(ii) the desire for reputation or respect from others (e.g., status, prestige).

✍ ሁለተኛው ደንም ካለለው ማግኘት የምንፈልገው ክስር : እንዲሰጠን የምንፈልገው በታ ነው 😊

5 Self-actualization needs- realizing personal potential, self-fulfillment, seeking personal growth and peak experiences. A desire –to become everything one is capable of becoming||.

🕊 የመጨረሻው ደረጃ Self-actualization ሲሆን ይህም የፈሰን አቀፍ ማወቅ : ፍላትን ሁሉ ማማለት መቻል : ፈሰን ማሳደግ እና

ልንደርሻ የሚገባን ማቅረብ ላይ መድረሻን ያጠቃላለል :: በአጠቃላይ ገን
ይሆናል ይረዳ የሰው ልማት ለመኖም የሚችሉዎን ህሉ የመሆን አቅም ላይ
መድረሻን የሚያዝ ነው 😊

✓ እነዚህ ፍጥና ላይ በጣም ነው የሚወጠኑ በደንብ ያዘጋጀው እና



እውቀቷልሁ