



DESCUBRE TU MOTIVACIÓN INTRÍNSECA

Tanto la motivación intrínseca como la motivación extrínseca juegan un papel fundamental en la empresa actual. Para lograr un equipo de trabajo motivado, con ganas de mejorar e innovar, es fundamental que cada individuo funcione de manera óptima tanto a nivel personal como colectivo y, para ello, se deben potenciar ambos tipos de motivaciones, logrando así la combinación perfecta.

¿Qué es la motivación intrínseca?

Es la motivación la que nace de la propia persona, conduciéndola a realizar su trabajo, u otra actividad, sin necesidad de tener que recibir estímulos externos, como sería un salario o un aumento de sueldo. Históricamente, ha habido una clara tendencia a menospreciar este tipo de motivación en el ámbito de la empresa, lo que es un grave error. Los estudios más modernos sobre motivación y gestión laboral coinciden en que el salario o los objetivos monetarios no suelen ser suficientes para mantener la motivación de los empleados. Es necesario cuidar también las áreas más intangibles que tienen que ver con la psicología del individuo, es decir, las motivaciones de carácter intrínseco.

La motivación intrínseca nace del interior de la persona con el fin de satisfacer deseos no materiales, como, por ejemplo, la autorrealización y el disfrute de un trabajo o tarea por el mero hecho de hacerla. Es decir, a diferencia de la motivación extrínseca, tiene más que ver con el proceso del trabajo en sí mismo que con la recompensa lograda una vez acabado.

Ejemplos de motivación intrínseca

Que nazca de dentro del propio trabajador no significa que la motivación intrínseca no pueda también potenciarse desde la propia empresa. Veamos algunos ejemplos:

Mejora de la formación. La mayoría de personas tienen grandes deseos por ampliar sus conocimientos para dominar al máximo su trabajo y hacerlo cada vez con más calidad. Los trabajadores de empresas con unos buenos planes de formación se sienten mucho más motivados y a gusto en su puesto de trabajo.

Los planes de Responsabilidad Social Corporativa. Los proyectos promovidos por la empresa que sirvan para mejorar el medio ambiente, promover la justicia económica y social y ayudar a los más desfavorecidos con acciones de voluntariado, tienen un efecto doblemente positivo. No solo mejoran la imagen de la empresa ante la sociedad, sino que satisfacen los deseos altruistas de los empleados, haciendo que se sientan orgullosos de trabajar en ese lugar.

Cuidar el bienestar y la salud de los trabajadores. Proporcionar un entorno de trabajo agradable, limpio y seguro sirve para satisfacer necesidades básicas de los empleados y que, por lo tanto, estén más motivados para dar lo mejor de ellos mismos.

La motivación extrínseca puede definirse como los estímulos que vienen de fuera del individuo y que, en el ámbito de trabajo, suponen un acicate para lograr objetivos empresariales y mejores niveles de calidad y eficacia. Los ejemplos más comunes serían:

Los incentivos económicos: salarios, pluses, bonificaciones, etc.

Las promociones a nivel profesional y jerarquía.

Las mejoras de las condiciones laborales, como disponer de coche de empresa, dietas más generosas, tickets para restaurantes, etc.

La clave para extraer el máximo rendimiento para la empresa de las dos clases de motivaciones existentes (intrínseca y extrínseca) es entenderlas como un todo y tratar de satisfacerlas, ya que son complementarias y la suma de ambas nos va a dar como resultado el éxito empresarial.

¿Cómo identificarla?

¿Qué pasa, sin embargo, cuando esa motivación no proviene de factores externos sino, por el contrario, de otros de tipo interno? Es decir, ¿qué sucede si es la propia persona la que genera el estímulo para ejecutar una acción? Cuando eso pasa, estamos ante lo que la psicología denomina motivación intrínseca, es decir, aquella conducta que trae en sí misma el incentivo. El ejemplo clásico lo vemos en los hobbies, que son actividades que las personas realizan sin esperar retribuciones o resultados. El placer del hobby es el mismo hobby. Otras veces sucede que, tras un estímulo externo, las personas emprenden una acción que luego deben reforzar con un estímulo interno. O dicho en otras palabras, llevan a cabo tareas cuya ejecución acaba por seducir lo suficiente como para mantener vivo el interés. Esto también se considera motivación intrínseca. En cualquier de los dos casos, existen 4 características que nos ayudan a comprender mejor el concepto de motivación intrínseca:

a) Autodeterminación: es la capacidad individual para gestionar el camino de vida. Implica, a su vez, dos elementos: por un lado, la capacidad de decisión en torno a aspectos cruciales; por otro, el establecimiento de metas y planes que permitan una proyección de la persona en todos sus aspectos.

b) Competencia: son aquellas capacidades, habilidades, talentos, destrezas y conocimientos con los que cuenta cada individuo para llevar a cabo su proyecto

personal. Las competencias nos definen como sujetos y nos diferencian del resto de las personas con las que convivimos.

c) Interrelación: aun cuando la motivación intrínseca es labor de cada persona, las relaciones interpersonales siguen siendo fundamentales para que cada uno decida cuáles son sus intereses. El reflejo en los otros es necesario, pues de una forma u otra éstos también nos definen como individuos.

d) Curiosidad: es la condición innata de las personas para el conocimiento. La curiosidad es un motivo en sí mismo que debe ser orientado en función de las metas de cada individuo. Si nuestros intereses son distintos, probablemente es porque nuestra curiosidad también lo es. A través de ésta, además, podemos buscar respuestas sin recibir estímulos exteriores.

- Algunas características de la motivación intrínseca
- Responde a factores como el placer, el orgullo o la realización personal.
- Es voluntaria y no necesita de la estimulación forzosa.
- No persigue ninguna retribución.
- Busca la autonomía, las metas personales y el entusiasmo.
- Sus exponentes son personas más solidarias y cooperativas.
- No fomenta la competencia ni el afán de resultados.