

MOTIVACIÓ I APRENTATGE

LA MOTIVACIÓ

En el comportament (o conducta) dels éssers humans, exerceix un paper fonamental la **motivació**.

Entenem la motivació com la necessitat o desig que impulsa una actuació o que condiona un comportament. Es tracta d'un component psicològic que orienta, manté i determina la conducta d'una persona.



ELS TIPUS DE MOTIVACIÓ

Les motivacions humanes s'han classificat tradicionalment en dos grans grups:

- **Motivació intrínseca:** S'origina a l'interior de l'individu. L'acció es duu a terme pel plaer de realitzar-la. Exemple: hobby o afició.
- **Motivació extrínseca:** L'acció de realitza per a obtenir una recompensa o evitar un càstig. Exemple: treball.

MOTIVACIÓ I APRENTATGE

La **motivació** és fonamental en qualsevol procés d'**aprenentatge**.

Així, del grau de motivació de la persona dependran, en gran manera, la consecució d'habilitats, la millora del rendiment o l'adquisició de noves conductes.

Per això, per a propiciar qualsevol aprenentatge serà necessari que la persona estigui el més motivada possible.



MOTIVACIÓ I APRENTATGE

La motivació augmentarà en la mesura en què:

- Els continguts de l'aprenentatge siguin útils i significatius.
- La persona se senti preparada i capacitada per a aconseguir-los.
- La persona reconegui que el seu èxit o fracàs depèn del seu esforç (locus de control intern).
- L'aprenentatge elimini l'avorrimient i l'ansietat.

MOTIVACIÓ I APRENTATGE

Si bé la **motivació** és una condició necessària per a qualsevol **aprenentatge**, en **persones en situació de dependència** es converteix en imprescindible, perquè serà molt difícil l'adquisició de noves habilitats o la modificació de comportaments si no hi ha predisposició i motivació per a emprendre-les.

Tots dos processos, **motivació i aprenentatge**, presenten una sèrie de particularitats en els diferents col·lectius.

MOTIVACIÓ I APRENTATGE EN PERSONES MAJORS

En la vellesa, les persones experimenten canvis que poden ser viscuts com a conflictius i que influeixen en les seves expectatives de present i futur. Aquestes circumstàncies solen afectar la capacitat, disponibilitat i motivació per a emprendre nous aprenentatges.

A més a més, el declivi de les funcions cognitives i el canvi d'hàbits i rutines que suposa la jubilació, poden provocar problemes d'inadaptació a la nova situació.



CIRCUMSTÀNCIES QUE CONDICIONEN LA MOTIVACIÓ

Si els canvis s'han previst i s'han generat noves expectatives i accions, la nova situació se sol afrontar satisfactòriament (**envelliment actiu**) i aquesta actitud reverteix en una major motivació a l'hora d'emprendre noves relacions, inciar noves activitats, etc.



CIRCUMSTÀNCIES QUE CONDICIONEN LA MOTIVACIÓ

Si els canvis no s'han previst i la persona segueix aferrada al seu passat, sentirà que la societat no la valora i apareixeran fàcilment els problemes d'inadaptació.

En aquestes condicions, les persones solen sentir-se desmotivades per a participar en activitats de tipus social, adquirir hàbits nous o acomodar-se a les noves circumstàncies.

És el que es coneix com el **cicle de desmotivació en la vellesa**.

EL CICLO DE DESMOTIVACIÓ EN LA VELLESA



EL CICLE DE DESMOTIVACIÓ EN LA VELLESA

La persona que perd la motivació deixa de fer les coses que solia fer.

La sensació de no ser útil és molt freqüent en la persona major i porta amb freqüència a l'abandonament de les activitats quotidianes.

Aquí és on el paper del professional es torna crucial, perquè ha d'aconseguir animar i motivar a la persona major per a ajudar-la a rompre aquest espiral.

CIRCUMSTÀNCIES QUE CONDICIONEN LA MOTIVACIÓ

Envellir d'una manera o d'una altra no ocorre a l'atzar, sinó que depèn, a més de la pròpia persona, de la **xarxa de suport familiar i social** que té i de la **qualitat de l'entorn comunitari** a l'hora d'oferir-li oportunitats.



CIRCUMSTÀNCIES QUE CONDICIONEN LA MOTIVACIÓ

La motivació ha de cercar-se despertant els seus **interessos**, promovent les seves **habilitats i destreses**, estimulant la seva **autoconfiança**.

Amb **activitats apropiades, interessants i estimulants**, s'haurà guanyat una important batalla contra la desmotivació.

El professional ha de posar especial interès a retornar a la persona major el sentiment de **persona valuosa**, que encara té molt a aportar als altres.

FACTORS QUE AFAVOREIXEN L'APRENTATGE

Quant a l'**aprenentatge en si**, que ja sabem que depèn de la motivació, se sap que la capacitat d'aprenentatge es deteriora amb l'edat pel declivi de les funcions cognitives.

No obstant això, encara que una persona major no pot aprendre amb l'agilitat d'una jove, sí que pot fer-ho, a pesar que probablement necessitarà **més temps i més tranquil·litat** per a assimilar els aprenentatges, per la qual cosa s'hauran d'adequar els **ritmes, els temps i la dificultat** segons sigui necessari.

PAUTES PER INCREMENTAR ELS APRENTATGES:

- **Motivació:** com més important i aplicable sigui el nou coneixement per a la persona, més ràpid serà l'aprenentatge.
- **Paciència:** utilitzar frases curtes, breus i concises. Repetir la informació si és necessari.
- **Reforços positius:** hem d'elogiar i animar a la persona major per a motivar-la i incrementar la seva capacitat d'aprenentatge.
- **Altres condicions:** ambient segur i confortable, respecte i afecte, usar mímica o imatges, mirar als ulls, etc.

PERSONES AMB DIVERSITAT FUNCIONAL INTEL. LECTUAL

Les persones amb discapacitat intel·lectual aprenen de manera més lenta i tenen **majors dificultats per a generalitzar allò après**, pel fet que presenten, en major o menor grau, un dèficit en l'atenció, la percepció, la memòria o la resolució de problemes.

Per a atenuar aquestes dificultats i afavorir els aprenentatges, també aquí la **motivació** serà un aspecte essencial.



DIFICULTATS PER A L'APRENTATGE

Les persones amb diversitat funcional intel·lectual poden aprendre però el seu **ritme d'aprenentatge és més lent**, difícilment poden **mantenir l'atenció** un temps prolongat, **els hi costa recordar** fins i tot els aprenentatges recents i **difícilment els generalitzen**.

Els problemes s'accentuen quan la tasca requereix algun tipus d'esforç: davant aquestes situacions poden abandonar, protestar o resistir-se reaccionant de manera agressiva.

ESTRATÈGIES EDUCATIVES

Per a aconseguir fomentar l'aprenentatge en les persones amb discapacitat, **l'entorn serà fonamental**.

S'hauran de plantejar **activitats preferentment manipulatives**, adaptades a les seves possibilitats, relacionades amb la seva realitat i en molts casos reiteratives.

Tot això usant **metodologies actives i adaptades** als seus ritmes d'aprenentatge i **reforçant** contínuament els seus assoliments.

PERSONES AMB TRASTORNS DE SALUT MENTAL

Les persones amb problemes de salut mental, malgrat l'àmplia varietat que les caracteritza, solen presentar un **comportament social desajustat** que interfereix en la seva vida quotidiana.

Però que no és estrany que **tendeixin aïllar-se i mostrar molt poca iniciativa i motivació** cap a qualsevol tipus d'aprenentatge o manteniment d'hàbits, necessaris per a la seva rehabilitació, adhesió al tractament i seguiment de la seva intervenció psicoterapèutica.

PERSONES AMB TRASTORNS DE SALUT MENTAL

És molt necessari canalitzar tots els esforços cap a l'augment de la motivació de la persona, amb la finalitat que s'impliqui en els programes de tractament de la seva malaltia:

- **Programes de rehabilitació.**
- **Tractament farmacològic.**
- **Psicoteràpia individual.**



MOTIVACIÓ I APRENTATGE EN PERSONES AMB DEMÈNCIA

La demència és una malaltia cerebral progressiva i irreversible caracteritzada per la **deterioració de les funcions intel·lectuals superiors**, com la memòria, el pensament, el llenguatge i pràcticament totes les funcions cognitives.

El progrés de la malaltia en les etapes finals incapacitarà a la persona per a realitzar qualsevol tipus d'activitat.



MOTIVACIÓ I APRENTATGE EN PERSONES AMB DEMÈNCIA

Les **pèrdues de memòria** són habitualment els primers símptomes que adverteixen de la presència d'una demència. Aquestes **dificultats en la capacitat memorística** se situen en la base dels problemes per a realitzar nous aprenentatges i fins i tot per a recordar tot el ja après.

A més de les **limitacions en l'aprenentatge**, les persones amb demència presenten una **pèrdua de la resposta emocional en situacions d'estrès**, que lògicament influirà en la seva falta de motivació o apatia cap a la realització de les activitats.

MOTIVACIÓ I APRENTATGE EN PERSONES AMB DEMÈNCIA

La intervenció estarà dirigida especialment a:

- **Mantenir les funcions cognitives** o retrassar el seu procés de deterioració.
- Procurar que la persona conservi la seva **independència** tot el temps que li sigui possible.

Com veurem, el manteniment d'un **entorn estructurat, previsible, segur i intuïtiu** facilitarà aquestes intervencions.

PERSONES AMB DIVERSITAT FUNCIONAL FÍSICA O SENSORIAL

A causa de les seves dificultats, el nombre i la qualitat de les experiències a les quals estan exposades són molt menors que els de la resta de la població (absència de percepció, dificultats en la manipulació o exploració de l'entorn, etc.), especialment si la discapacitat és congènita o si s'ha produït en edats primerenques.

Aquesta **falta d'experiències** pot tenir efectes en el seu **desenvolupament cognitiu** i, per tant, afectar la **capacitat d'aprenentatge**.

PERSONES AMB DIVERSITAT FUNCIONAL FÍSICA O SENSORIAL

D'altra banda, les **dificultats en les relacions afectives i socials** producte de la mobilitat reduïda o dels obstacles en la comunicació, que també contribueixen a la falta d'experiències, afecten el desenvolupament emocional, a l'autoestima i, en conseqüència, a la motivació per a adquirir nous aprenentatges.



PERSONES AMB DIVERSITAT FÍSICA O SENSORIAL

També és molt freqüent que aquestes persones estiguin **sobreprotegides per l'entorn familiar**, la qual cosa no afavoreix la seva adaptació ni el desenvolupament de l'iniciativa pròpia per a prendre decisions, i això retroalimenta la seva dependència.



PERSONES AMB DIVERSITAT FÍSICA O SENSORIAL

És molt important **motivar** a les persones amb discapacitat física i sensorial perquè puguin desenvolupar al màxim la seva **autodeterminació i la seva autonomia**.

I això passa per l'aplicació d'estratègies que afavoreixin l'**adquisició d'habilitats**, així com la provisió de **recursos i suports** en matèria d'**accessibilitat**, de funcionalitat en la realització de les activitats de la vida diària, de comunicació, d'accés a la informació i la cultura, d'integració educativa i sociolaboral, etc.

MOTIVACIÓ I APRENENTATGE EN PERSONES MALALTES

Les persones s'enfronten de manera diferent de la malaltia en funció de la **seva pròpia situació** (capacitat d'afrontament, personalitat, estat emocional, etc.), del **tipus de malaltia** (crònica, aguda, dolorosa, terminal, incapacitant, etc.), i dels **recursos i suports** de què disposin per a fer-hi front (entorn familiar, suport social, etc.).



MOTIVACIÓ I APRENTATGE EN PERSONES MALALTES

La malaltia suposa de per si mateix una alteració física que generalment causa dolor, fatiga, feblesa, malestar o cansament, que sens dubte afecten la **motivació** i, per tant, a la **capacitat d'aprenentatge**.

Aquesta situació s'agreuja si la malaltia també repercuteix en l'àrea psicosocial, fet molt freqüent, en aspectes com l'alteració de l'estat d'ànim, l'ansietat, l'aïllament, etc.



MOTIVACIÓ I APRENTATGE EN PERSONES MALALTES

El primer pas per a afavorir la motivació d'aquestes persones és **promoure el seu benestar**, minimitzant en la mesura que sigui possible el dolor i les molèsties associades.

També és convenient proporcionar-los **estratègies d'afrontament** perquè aprenguin a considerar els aspectes positius de la seva vida en lloc d'estar centrades constantment en la seva malaltia.

MOTIVACIÓ I APRENTATGE EN PERSONES MALALTES

En aquestes circumstàncies es fa molt necessari **humanitzar l'ajuda**, prestant una **atenció respectuosa, cordial i amb un tracte personalitzat**, a fi d'establir vies de comunicació efectives.

En aquest context, millorarà la predisposició a l'aprenentatge de noves habilitats i l'adquisició dels hàbits necessaris per a desenvolupar-se amb la major autonomia possible.

