

# AUTOESTIMA

## MOTIVACIÓN



Un individuo esta motivado cuando existe deseo, voluntad o necesidad. La motivación es un conjunto de factores que determinan en parte las acciones de una persona.

Hay dos tipos de motivaciones:



**INTRÍNSECA:** nace del interior de la persona con el fin de satisfacer sus deseos de autorealización y crecimiento personal.

**EXTRÍNSECA:** es la motivación mediante recompensas externas.



## Recordemos a Maslow

Él tiene una propuesta sobre la motivación humana. Es la "**Pirámide de Maslow**", donde formula una jerarquía de necesidades humanas. Define que conforme se satisfacen las necesidades más básicas, los seres humanos desarrollan necesidades y deseos más elevados. La escala la divide en una pirámide de diferentes niveles de necesidades: fisiológicas, seguridad, sociales, estima y autorealización.

La idea es satisfacer las necesidades inferiores y después las superiores.



