

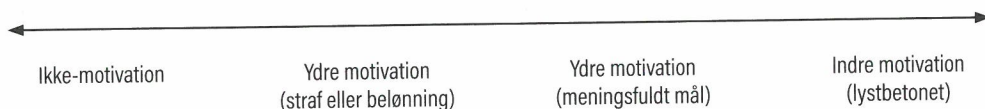
Motivation og læring

For at lære ting skal man selvfølgelig have et velfungerende hukommelsessystem, men læring understøttes også af, at den lærende person er *motiveret* til at lære. En af de mest fremtrædende motivationsteorier er selvbestemmelsesteorien (eng. *self-determination theory*), som er blevet fremsat af psykologerne Richard Ryan og Edward L. Deci. Ifølge denne teori kan man være motiveret til at gøre bestemte ting og aktiviteter, fordi man enten har en *ydre motivation* eller en *indre motivation* til at gøre det. En person har altså forskellige former for motivation vedrørende forskellige områder af sit liv.

Den ydre motivation handler om, at man gør noget, fordi man vil undgå en straf, have en belønning eller opnå noget meningsfuldt. Det kan f.eks. være, at man er motiveret til at forberede sig til en eksamen, fordi man har brug for en god karakter til at hæve sit karaktergennemsnit, så man kan komme ind på en bestemt uddannelse efter gymnasiet.

Den indre motivation består derimod i en lyst til at gøre noget, fordi det er sjovt, spændende og/eller interessant *i sig selv*. Det kan f.eks. være, at man elsker at spille badminton eller male og gør det, fordi man nærmest ikke kan lade være. Når man er indre motiveret med hensyn til at gøre noget, er man ikke interesseret i at få hverken penge, prestige eller andres anerkendelse for det.

Ifølge selvbestemmelsesteorien er der således tale om et motivationspektrum, der går fra ikke-motivation i den ene ende over forskellige former for ydre motivation til indre motivation i den anden ende.

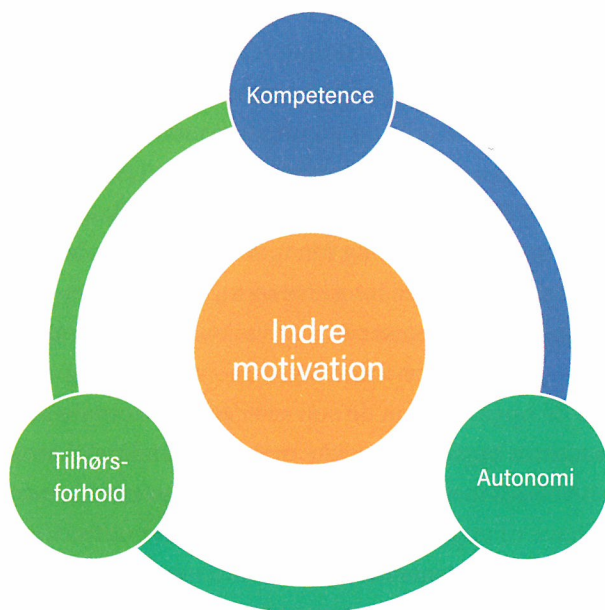


Figur 14. Spektrum over forskellige former for motivation.

Det er graden af opfyldelse af tre fundamentale og universelle psykologiske behov, som afgør, hvilken form for motivation en person har i forhold til at bruge tid og energi på en bestemt aktivitet:

- a) Behovet for at have **kompetence**, som handler om at have en følelse af, at man er i stand til at udføre aktiviteten, dvs. har kompetencen til det.

- b) Behovet for at **høre til**, som handler om at interagere med andre og være knyttet til et fællesskab, når aktiviteten udføres. Det kan være et fællesskab i enten fysisk eller virtuel forstand. Der er altså tale om en følelsesmæssig tryghed, og her ligger en social dimension af det at lære.
- c) Behovet for at have **autonomi** (selvbestemmelse), som handler om, at man har indflydelse på det, man laver (ejerskab), og at man laver noget, som er i overensstemmelse med ens værdier og selvopfattelse. Det handler derfor ikke om at være uafhængig af andre.



Figur 15. De tre elementer, som ifølge selvbestemmelsesteorien øger graden af indre motivation: kompetence, tilhørsforhold og autonomi (selvbestemmelse).

Den indre motivation udspringer således af en høj grad af opfyldelse af de tre behov, og den indre motivation leder til mere vedholdenhed, større fagligt udbytte og bedre trivsel. Omvendt kan de u hensigtsmæssige følgevirkninger af ydre motivation være ting som overfladelæring, utilfredshed med præstationer og uselvstændighed.

Selvom Ryan og Deci mener, at de tre grundlæggende behov gælder for alle mennesker, så er det ikke alle, som har dem i lige høj grad, og disse forskelle kan skyldes social (f.eks. opvækstmæssig) eller kulturel påvirkning.

Det er også vigtigt at bemærke, at selvom den indre motivation er den stærkeste og mest vedvarende, så er det ikke den, der fylder mest i vores liv. Det forholder sig også sådan, at hvis man får en økonomisk

betaling (eller andre ydre belønninger) for en aktivitet, som man er indre motiveret for, så er der en risiko for, at den indre motivation svækkes.

Kontekstafhængig motivation

Som specielt behovet for tilhørsforhold i selvbestemmelsesteorien også lægger op til, så forholder det sig ikke sådan, at motivation kun ligger 'inde i' personer. Hver af os har ikke et vist (stabilt) niveau af motivation, som hjælper os til at udføre forskellige opgaver. Motivation skabes også i de *kontekster* (situationer), vi befinder os i.

Noemi Katznelson, Mette Pless, Niels Ulrik Sørensen og deres kolleger ved Center for Ungdomsforskning (CeFU) ved Aalborg Universitet har på baggrund af både spørgeskemaundersøgelser og interviews med unge i både folkeskole og på ungdomsuddannelser vist, at det, der i særlig grad gør noget for unges motivation i skolen, er deres relationer til f.eks. lærere og deres tilhørsforhold til skolen. At en lærer interesserer sig for eleverne og hjælper dem til at opleve, at de kan finde ud af et fag, skaber en interesse og motivation i faget.

Albert Bandura har fremsat en motivationsteori, som netop fokuserer på, om personer har en mestringsfornemmelse (eng. *self-efficacy*) i forhold til de opgaver, som de står over for, dvs. om de har tiltro til, at de kan mestre opgaverne – ikke om de rent faktisk kan løse dem. Jo højere niveau af mestringsfornemmelse, desto større motivation vil en person have til at gå i lag med en opgave eller udfordring, og hvis man ingen mestringsfornemmelse har, så vil man højst sandsynligt slet ikke forsøge.

Ifølge Bandura kommer mestringsfornemmelse fra fire forskellige kilder:

- 1) Tidligere erfaringer med succes og fiasko, dvs. at man både har oplevet, at noget gik godt, og at man også har været i stand til at lære af sine fejltagelser. Man bliver nødt til at have mødt og overvundet svære forhindringer.
- 2) Observation af at dygtige og kompetente rollemodeller, som man identificerer sig med, lykkes med opgaver og projekter. Dette kaldes modelindlæring.
- 3) Feedback og opmuntring fra andre – f.eks. lærere og forældre – dvs. at man bliver lagt mærke til og får brugbare råd til, hvordan man kan forbedre sig.

- 4) Evnen til at kunne forstå og kontrollere sine egne følelser og reaktioner. Hvis en person f.eks. er i stand til at genkende følelsen af nervøsitet inden en eksamen og berolige sig selv ved at fortælle sig selv, at det er i orden at være nervøs, så kan det øge mestringsfølelsen.

Som man kan se, spiller konteksten en stor rolle for en persons niveau af mestringsfølelse og derved motivation, idet både rollemodelers adfærd og deres feedback opbygger personens nødvendige tiltro til egne evner.

Interviewundersøgelse relateret til autonomiaspektet af selvbestemmelsesteorien

Udført af: Tierney Wisniewski m.fl.

Udgivet: 2018 (*Education as Change*, vol. 22, nr. 1, s. 776-778).

Formål med undersøgelsen: At afdække hvad det betyder for studerende at deltage i universitetskurser, som gennem bl.a. kunstproduktion, meditation, naturaktiviteter og ligeværdighed mellem underviseren og deltagerne arbejder på at udvikle deltagerens selvbevidsthed, kreativitet og personlige lederskab.

Metode: Semistrukturerede interviews.

Deltagere: 5 universitetsstuderende, 4 kvinder og 1 mand, som havde deltaget i flere IDEA-kurser (Interdisciplinary Expressive Arts courses) ved Kwantlen Polytechnic University i Canada.

Design: Deltagerne blev over en længere periode interviewet ved hjælp af semistrukturerede interviews om, hvordan det var at deltage i IDEA-kurser.

Analyse og fortolkning af interviewdata: En tematisk indholdsanalyse af de indsamlede interviewdata afdækkede følgende:

- Deltagelse i IDEA-kurserne medvirkede til, at deltagerne omdefinerede deres rolle som universitetsstuderende i retning af at have en højere grad af kontrol og autoritet i forhold til de valg og den læring, der lå i IDEA-kursusforløbet – men ikke nødvendigvis i forhold til deres deltagelse i andre, mere traditionelle universitetskurser.
- Deltagerne lærte at indgå i mere ligeværdige relationer med deres undervisere og opfatte dem som kolleger snarere end autoriteter.
- Den personlige forandring, som IDEA-kurserne igangsatte, resulterede i bl.a. et stærkere engagement, mindre stress, mere gåpåmod i forhold til at afprøve kreative løsninger og bedre relationsskabelse hos deltagerne.