

**6**

Aprender  
a  
aprender



¿Qué tan  
motivado  
estoy?

## ¿Qué es la motivación?

- ☞ **Es un impulso interno** que te provoca entusiasmo, interés, deseos de aprender y ganas de hacer algo; por ejemplo: estudiar, leer, ver una película, etc.
- ☞ **Es lo que te ayuda** a tener objetivos de aprendizaje claros y energía para alcanzarlos.

## ¿Por qué es importante la motivación en la Mediateca?

- ☞ **Porque aquí eres tú mismo** quien decide qué hacer, cómo, cuándo y con qué materiales aprender.
- ☞ **Al estar motivado** tienes una actitud atenta y selectiva y ese dinamismo favorece tu aprendizaje, pues aumentas tus capacidades para registrar, procesar y almacenar.
- ☞ **Si te falta motivación** te sientes pasivo y sin ganas; estás confundido y no sabes qué hacer.

Contesta el siguiente test sobre tu motivación. Marca con una ✓ (puedes marcar varias opciones):

Quieres aprender un idioma extranjero para/por...

1	2
<ul style="list-style-type: none"><li>• Obtener buenas notas, premios o alguna certificación <input type="checkbox"/></li><li>• Obtener dinero y elogios <input type="checkbox"/></li><li>• Complacer a tus padres o a tus profesores <input type="checkbox"/></li><li>• Lograr aceptación en tu grupo social <input type="checkbox"/></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• El placer de aprender <input type="checkbox"/></li><li>• Curiosidad de aprender <input type="checkbox"/></li><li>• Deseos de saber <input type="checkbox"/></li><li>• Deseos de realizarte <input type="checkbox"/></li></ul>

- ✓ Si marcaste más ✓ en el cuadro 1, tienes una **motivación extrínseca**; es decir, deseas recibir algo a cambio o algún tipo de recompensa. Un ejemplo de esto es pasar la materia de idioma para obtener algún regalo de tus padres.
- ✓ Si marcaste más ✓ en el cuadro 2, tienes una **motivación intrínseca**; o sea un deseo real de aprender.

No importa cuál de los dos tipos de motivación tengas, pues esto depende de las circunstancias en que te encuentres en ciertos momentos.

Lo importante es que estés consciente de que la motivación es un factor que influye en tu desempeño durante el aprendizaje.

### ¿Qué tan motivado estoy?

Marca con una ✓ que tan motivado te sientes a lo largo de una semana y al final, dibuja una línea para visualizar una gráfica.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
😊					
😐					
😞					

Reflexiona sobre cómo influye la motivación que tienes durante la semana en tu aprendizaje. ¿Qué puedes hacer para incrementarla?

---



---



---



Recuerda, puedes platicar con un(a) asesor(a) sobre tu motivación para aprender un idioma extranjero en la Mediateca para considerar medios o formas para aumentarla y/o mantenerla.

**UNAM**

**Rector:**

Dr. Enrique Luis Graue  
Wiechers

**CCH**

**Director General:**

Dr. Jesús Salinas Herrera  
**CCH NAUCALPAN**

**Director:**

Dr. Benjamín Barajas Sánchez

**Secretario General:**

Mtro. Keshava Quintanar  
Cano

**Secretario de Informática  
y Apoyo al Aprendizaje:**

Fernando Velázquez Gallo

**Coordinadora de Mediateca  
y Laboratorios Multimedia:**

Lic. María Saraí Fascinetto  
Dorantes



**Ana Lilia Cuellar González y David Ruíz Guzmán.** Texto adaptado en 2010 de *¿Qué tan motivado estoy?*, de Marina Chávez, 2002, Mediateca CELE, UNAM.

Diseño: David Flores García (2010).

Revisada por: Arturo Pedroza González (2016).