

Κίνητρο είναι μια εσωτερική κατάσταση η οποία προκαλεί, κατευθύνει και διατηρεί μια συμπεριφορά.

Τα αίτια που προκαλούν την ανθρώπινη συμπεριφορά και δράση ή οι λόγοι που την εξηγούν είναι τα κίνητρα, δηλαδή **είναι οτιδήποτε κινεί, ωθεί ή παρασύρει σε δράση ένα άτομο.**

Επίσης μπορεί να οριστεί και ως εξής:

ο λόγος που προκαλεί την εκτέλεση ή παράλειψη μιας ενέργειας. Είναι ένα ψυχολογικό στοιχείο που καθοδηγεί, διατηρεί και καθορίζει τη συμπεριφορά ενός ατόμου.

Κάποιοι άνθρωποι ανεβαίνουν πολύ ψηλά και βραχύδη βουνά ή πηδούν από απίστευτα ύψη, θέτοντας σε κίνδυνο τη ζωή τους, μόνο και μόνο για την “εμπειρία”. Κάποιοι εργάζονται πάρα πολύ σκληρά και πολλές ώρες και μερικές φορές για μικρές ανταμοιβές. Κάποιοι χτίζουν απίστευτα υψηλά κτίρια ή φτιάχνουν απίστευτα ωραίους φαντασμαγορικούς χώρους. Γιατί μερικοί άνθρωποι θα αντέξουν και θα υπομένουν σκληρές συνθήκες και πιέσεις για να απολαμβάνουν “μικρά” οφέλη? Γιατί οποιοσδήποτε από εμάς κάνει αυτό που κάνει? Γιατί βοηθάμε τους άλλους ή τους αγνοούμε? Γιατί τρώμε υπερβολικά ή μπαίνουμε σε δίαιτα, γιατί επιλέγουμε να επισκεφθούμε μουσεία τέχνης ή βιτσιόζικα μπαρ, γιατί επιδιώκουμε την παιδεία ή εγκαταλείπουμε το σχολείο?

Όλα αυτά είναι ερωτήματα που αφορούν το κίνητρο. Το κίνητρο συμπεριλαμβάνει τους παράγοντες που επηρεάζουν την εκκίνηση, την κατεύθυνση, την ένταση και την επιμονή μιας συμπεριφοράς. Οι ψυχολόγοι που μελετούν τα κίνητρα προσπαθούν να απαντήσουν σε ερωτήσεις όπως: Τι προτρέπει έναν άνθρωπο στο να ξεκινάει να ψάχνει για τροφή, να γραφτεί σε μαθήματα χορού, ή για να ενεργεί με έναν οποιονδήποτε άλλο τρόπο; Τι ακριβώς επηρεάζει την απόφαση ενός ανθρώπου να επιλέγει να κάνει ορειβασία ή να μείνει σπίτι και να διαβάσει; Τι είναι αυτό που κάνει μερικούς ανθρώπους να κάνουν τα πάντα για να επιτύχουν έναν στόχο, ενώ άλλοι επιχειρούν μόνο κάποιες διστακτικές προσπάθειες και παραιτούνται στο πρώτο εμπόδιο;

Μέρος του κινήτρου που ωθεί την εκδήλωση κάποιας συμπεριφοράς είναι να αισθανθεί κανείς ορισμένα συναισθήματα όπως για παράδειγμα να αισθάνεται την “χαρά” μιας ευχάριστης αγκαλιάς, η την “χαρά” μιας καινούργιας επιστημονικής αποκάλυψης, η τον “φόβο” της αποτυχίας. Τα κίνητρα επηρεάζουν τα συναισθήματα. Για παράδειγμα, όταν είμαστε πεινασμένοι μπορεί να αισθανθούμε πολύ εύκολα ενοχλημένοι από οτιδήποτε άλλο από το περιβάλλον. **Το κίνητρο και το συναίσθημα είναι πολύ στενά συνδεδεμένα.** Οι ψυχολόγοι βλέπουν την ύπαρξη των κινήτρων, είτε πρόκειται για πείνα, δίψα, αγάπη ή απληστία ως παρεμβατική μεταβλητή. Μια παρεμβατική μεταβλητή, είναι κάτι που χρησιμοποιείται για να εξηγήσει τις σχέσεις μεταξύ των περιβαλλοντικών ερεθισμάτων και τις αντιδράσεις που αυτά προκαλούν στη συμπεριφορά ενός οργανισμού (ανθρώπου). Το κίνητρο δεν μπορεί να παρατηρηθεί άμεσα. Η παρουσία του, συμπεραίνεται από αυτά τα οποία μπορούμε να παρατηρήσουμε. Για να θεωρηθεί μια μεταβλητή ως κίνητρο, θα πρέπει να είναι σε θέση να προξενεί μια αλλαγή στη συμπεριφορά με κάποιο τρόπο.

Διακρίνουμε δύο **βασικές κατηγορίες κινήτρων**:

Τα **βιογενή** και τα **κοινωνιογενή**.

Τα βιογενή είναι τα έμφυτα κίνητρα, που είναι δηλαδή γενετικά καθορισμένα. Όπως, για παράδειγμα, η πείνα, η δίψα, ο ύπνος, η ούρηση, η αφόδευση, η σεξουαλικότητα...Αν και μπορεί να επηρεάζονται από τη μάθηση, είναι ωστόσο έμφυτα και εξυπηρετούν τη λειτουργία του ανθρώπινου οργανισμού και την αναπαραγωγή του είδους.

Τα κοινωνιογενή κίνητρα είναι σε μεγάλο βαθμό αποτέλεσμα μάθησης και επηρεάζονται από τους κανόνες του κοινωνικού περιβάλλοντος (π.χ. το κίνητρο της επίδοσης, το κίνητρο της φιλίας...) Τα κοινωνιογενή κίνητρα εσωτερικεύονται (μαθαίνονται) από τον άνθρωπο κατά τη διαδικασία της κοινωνικοποίησης και αντανακλούν τις αξίες της κοινωνίας και της εποχής στην οποία ζει.

Έχουν γίνει διάφορες προσπάθειες **ταξινόμησης των κοινωνιογενών κινήτρων**.

Ο **Murray** (1938) πρότεινε έναν κατάλογο από 20 κοινωνιογενή κίνητρα. Ο ίδιος τα ονομάζει "κοινωνιογενή κίνητρα" αλλά και "ψυχογενείς ανάγκες". Τέτοιες είναι: η ανάγκη επίδοσης, η ανάγκη δεσμού ή φιλίας, η ανάγκη για παιχνίδι, η ανάγκη για κατανόηση,...

Μια άλλη διαδεδομένη ταξινόμηση κινήτρων είναι εκείνη του **Maslow**. Αντί για τον όρο "κίνητρο", χρησιμοποιεί τον όρο "ανάγκη". Ο Maslow σχημάτισε ομάδες αναγκών και τις ιεράρχησε σε μορφή πυραμίδας ως εξής:



Η πυραμίδα των αναγκών (Μάσλοου)

Σύμφωνα με τη θεωρία αυτή, πρέπει να εκπληρωθούν οι ανάγκες που βρίσκονται στα χαμηλότερα επίπεδα της ιεράρχησης, πριν ενεργοποιηθεί ένα ανώτερο κίνητρο και επηρεάσει τη συμπεριφορά