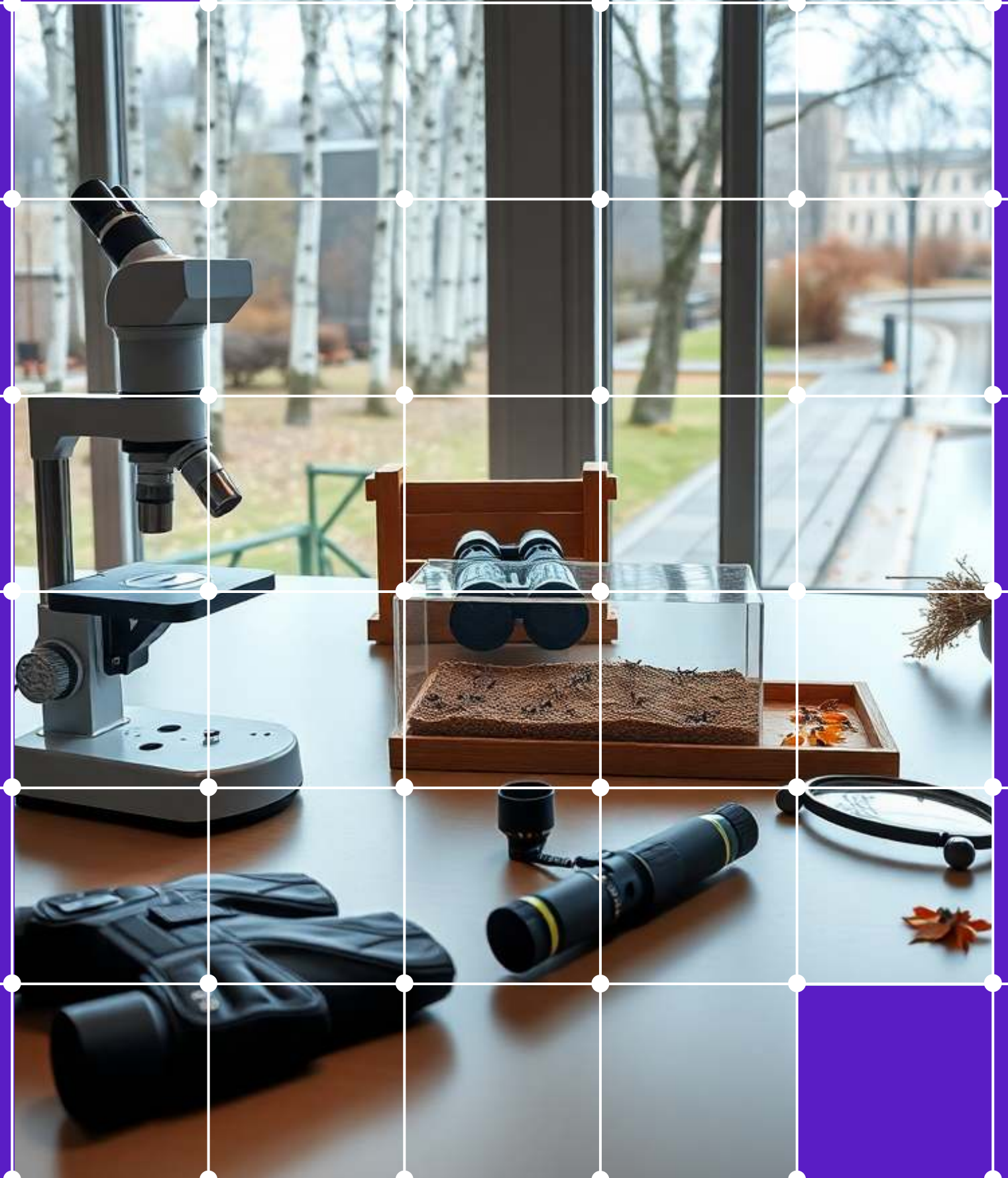


Потребности и мотивы поведения как основа поведения живых организмов

Потребности запускают поведение, а мотивы помогают их удовлетворять.

Почему биология изучает поведение

Поведение — это часть приспособления организма к среде. Оно связано с работой нервной системы, органов чувств и гормонов, а также с ростом, обменом веществ и защитой от опасностей.



Потребность как биологическая необходимость

Условие для жизни

Потребность — это необходимость в определённых веществах или условиях, без которых организм не может нормально существовать, расти и развиваться.

Основные нужды

К биологическим потребностям относят пищу, воду, кислород, сон, движение, тепло и защиту от вредных воздействий. Они поддерживают жизнедеятельность организма.

Связь с обменом веществ

Потребности возникают не случайно: их вызывает работа организма, расход энергии, рост, восстановление тканей и подготовка к будущей активности.

Человек как личность

У человека биологическая основа дополняется потребностями в обучении, общении и развитии мышления, но все они опираются на жизнь организма.

Почему это важно

Понимание потребностей помогает объяснить, почему живые существа ищут еду, воду, отдых и безопасность, а также как они приспосабливаются к среде.

Основные группы потребностей живого организма

Группа	Примеры	Значение
Биологические	пища, вода, сон	жизнь и обмен веществ
Социальные	общение, группа	выживание в обществе
Познавательные	знания, творчество	развитие мышления

Сравнение показывает, что у человека биологические, социальные и познавательные потребности тесно связаны между собой.

Биологические потребности обеспечивают выживание, а социальные и познавательные помогают человеку развиваться и успешно жить среди людей.

Обобщение по теме «Потребности и мотивы поведения»

Гомеостаз и потребности организма

Постоянство внутренней среды

Гомеостаз — это относительное постоянство температуры, содержания воды, глюкозы и солей во внутренней среде организма. Оно необходимо для нормальной работы клеток.

Отклонение от нормы

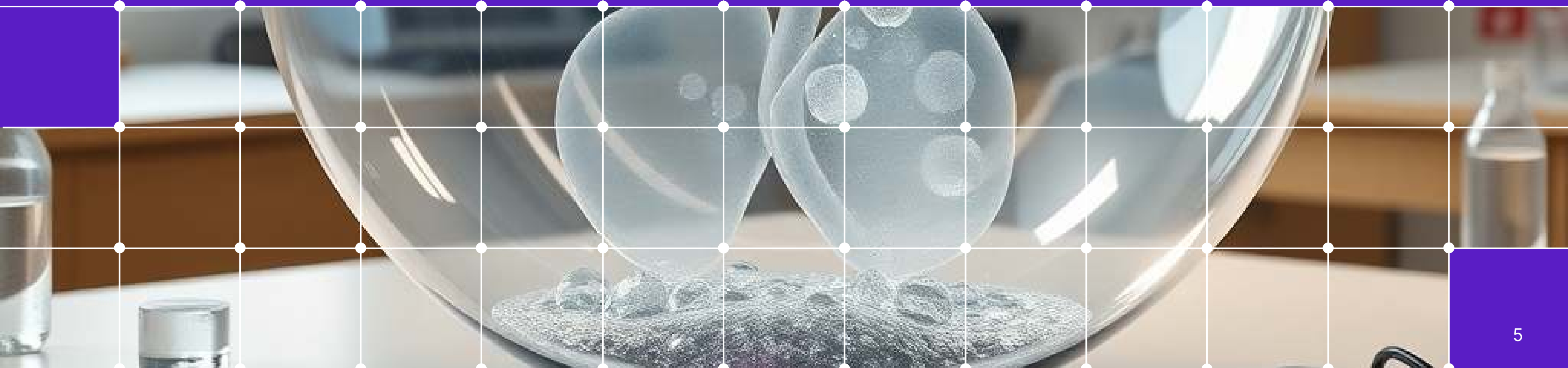
Когда показатель выходит за пределы нормы, организм получает сигнал о неблагополучии. Так появляется потребность: жажда, голод, желание согреться или отдохнуть.

Сигнал в мозг

Изменения внутренней среды воспринимаются нервной системой и передаются в мозг. Там информация становится основой для формирования соответствующего состояния и реакции.

Потребность как ответ

Потребность не просто сообщает о нехватке, а запускает поиск способа восстановить равновесие. Поэтому организм начинает действовать: пить, есть, двигаться или укрываться от холода.



Мотив как причина поведения

1. Что побуждает к действию

Мотив — это внутренняя или внешняя причина, которая толкает организм к действию ради удовлетворения потребности. Без мотива поведение не начинается или быстро прекращается.

2. Поведение в природе

У животных мотивы проявляются как поиск пищи, укрытия, партнёра или безопасного места. Это помогает выживать и приспосабливаться к изменяющимся условиям среды.

3. Несколько причин сразу

Одно и то же действие может иметь несколько мотивов. Например, ученик идёт в столовую из-за голода, привычки, желания пообщаться или получить одобрение.

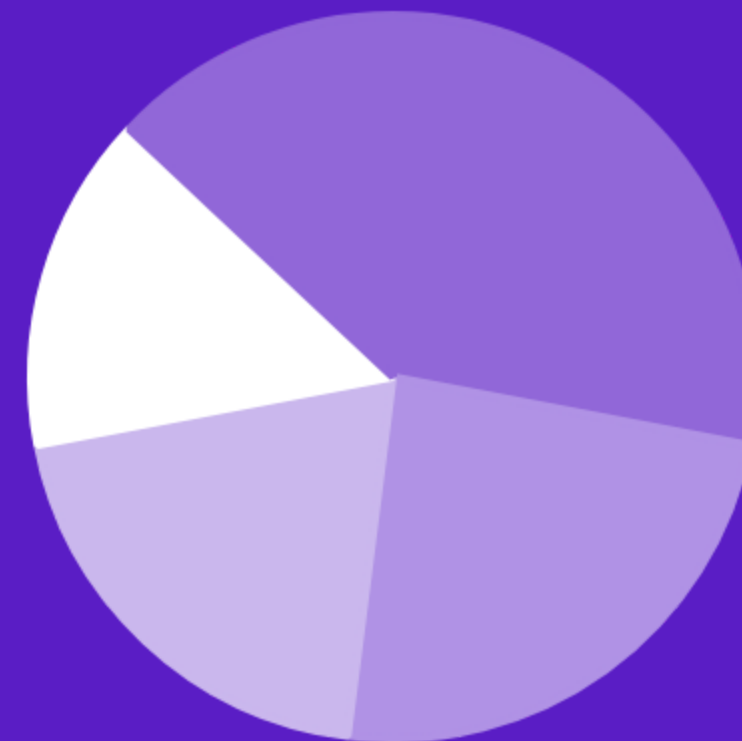
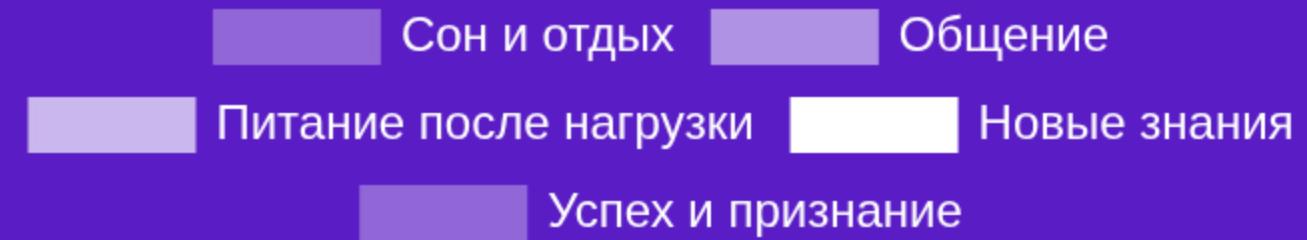
4. Почему мотив важен

Мотив показывает, что именно для организма сейчас наиболее значимо. Он направляет внимание, усилия и выбор действия, помогая быстрее достичь результата.

Какие потребности чаще всего становятся ведущими у подростков

В возрасте 11–13 лет заметно усиливаются запросы на общение, самостоятельность и признание. При этом организм особенно нуждается в сне, питании и восстановлении после нагрузки.

По данным условного опроса, на первый план выходят отдых и общение, но биологические потребности по-прежнему остаются основой нормального развития.



Условный опрос класса, 11–13 лет

Как потребность превращается в мотив

1. Возникает дефицит

Организму не хватает воды, энергии, отдыха, безопасности или общения. Это состояние ещё не действие, но уже сигнал о неблагополучии.

2. Срабатывает нервная система

Нервные центры фиксируют изменение внутреннего состояния и передают его как важную информацию. У человека появляется ощущение необходимости что-то изменить.

3. Появляется побуждение

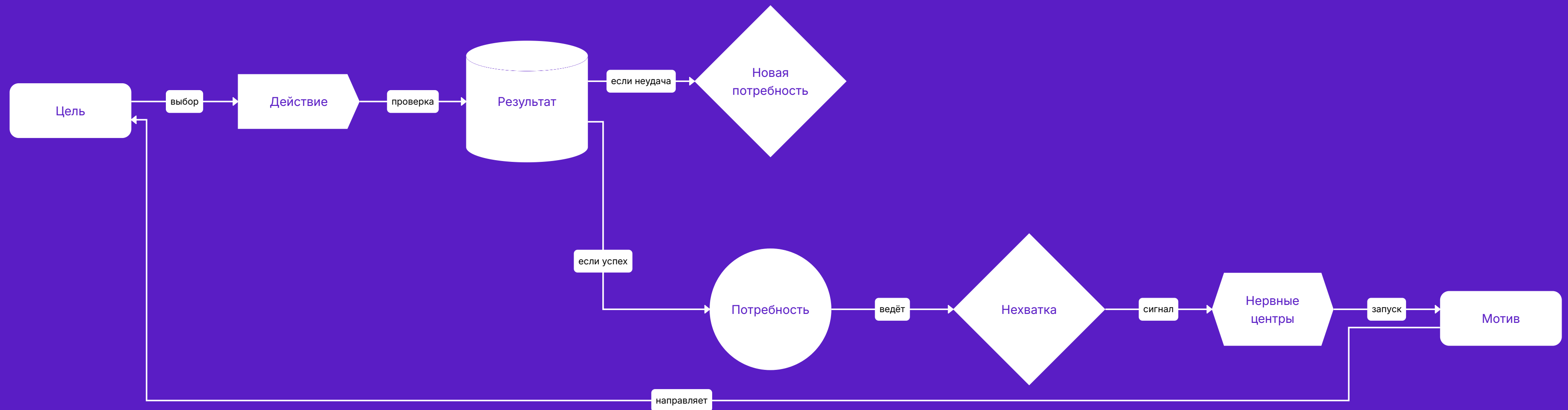
Состояние нехватки превращается в мотив: хочется выпить воды, поесть, отдохнуть, обратиться за помощью или подготовиться к делу.

4. Выбирается цель

Человек оценивает ситуацию и решает, как действовать: что сделать сейчас, чтобы восстановить равновесие и удовлетворить возникшую потребность.

Потребность → действие → результат

Схема показывает, как дефицит во внутренней среде запускает поведение и его изменение.



Два типа МОТИВОВ в ОБЫЧНОЙ ЖИЗНИ

Когда действует внутренний мотив

Ученик задерживается после тренировки и идёт пить воду не потому, что его попросили, а потому что организм действительно нуждается в восстановлении. В другой ситуации он садится за книгу из-за интереса к теме, и тогда действие поддерживается изнутри. Такой мотив обычно устойчивее и дольше сохраняется.



Когда действует внешний мотив

Иногда поведение запускает не сама потребность, а обстоятельства вокруг. Ребёнок делает домашнее задание ради похвалы, оценки или чтобы избежать замечания. Внешний мотив может помочь начать дело, но если внутренняя причина слабая, интерес быстро снижается.



Примеры мотивов в школьной и повседневной жизни

Ситуация	Внутренний мотив	Внешний мотив
Контрольная	понять тему	хорошая оценка
Спортивная секция	интерес к движению	одобрение родителей
Режим сна	восстановление сил	напоминание взрослых

Учебные примеры по теме «Потребности и мотивы поведения»

Сравнение показывает, что одно и то же действие может опираться на разные мотивы, а внутренние мотивы обычно поддерживают более устойчивое поведение.

Внутренние мотивы связаны с личной значимостью действия и чаще сохраняются дольше, чем внешние стимулы.

Почему мотивы могут противоречить друг другу

Польза и лень

Ученик может понимать, что подготовка к уроку полезна, но одновременно стремиться отложить её ради отдыха. В этот момент краткое удовольствие нередко кажется сильнее далёкой пользы.

Сигналы мозга

Нервная система сравнивает значимость разных потребностей и внешних сигналов. Поэтому голод, усталость, страх ошибки или желание общения могут по очереди усиливать или ослаблять одно и то же действие.

Борьба мотивов

Когда несколько побуждений равны по силе, человек колеблется и медлит. Именно поэтому выбор поведения не всегда бывает быстрым: решение рождается из внутреннего соперничества мотивов.

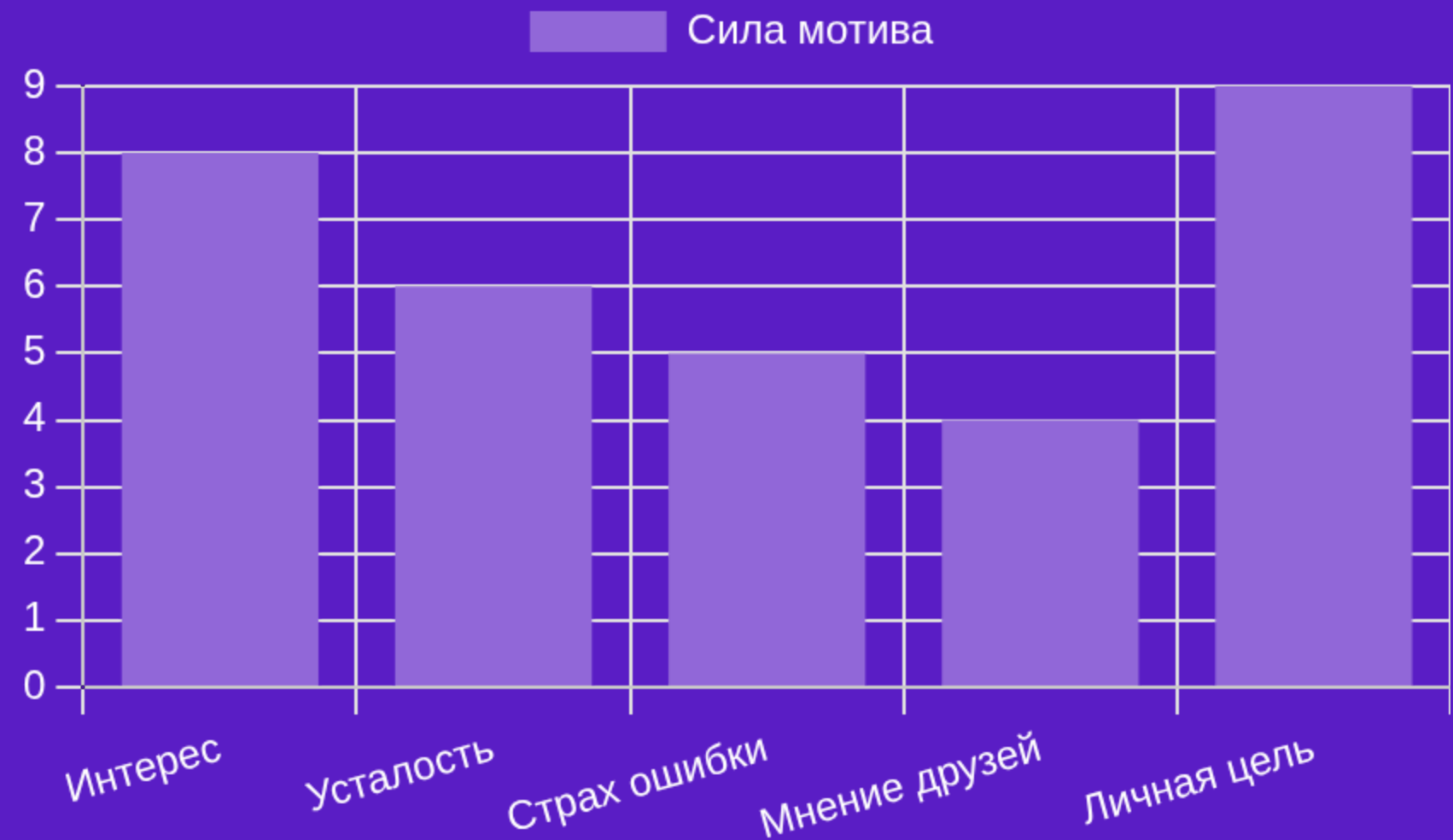
Результат выбора

Побеждает тот мотив, который в данный момент кажется наиболее важным. Если перевешивает интерес или личная цель, действие выполняется; если сильнее усталость, поведение часто откладывается.

Борьба мотивов в одной ситуации

В учебной задаче на выбор влияет не один фактор, а сразу несколько побуждений, поэтому итог поведения зависит от их относительной силы.

Наибольшее влияние здесь имеют личная цель и интерес, а усталость и мнение окружающих могут ослаблять готовность действовать.



Условная модель учебной ситуации для анализа мотивов

Что особенно важно в подростковом возрасте



Потребность в общении

Подростку важно быть среди сверстников, обсуждать общие темы и чувствовать себя частью группы. Общение помогает сравнивать взгляды, учиться сотрудничать и получать поддержку в сложных ситуациях.



Стремление к признанию

В этом возрасте особенно заметны желание быть замеченным, справедливое отношение и уважение к личным успехам. Оценка со стороны взрослых и сверстников становится для подростка очень значимой.



Быстрый рост организма

Организм активно растёт, поэтому возрастает потребность в полноценном питании, сне, движении и восстановлении сил. Эти условия поддерживают нормальную работу всех органов и систем.



Развитие мышления

Подросток чаще задаёт вопросы, сравнивает факты и хочет понимать причины событий. Это связано с развитием нервной системы и формированием более сложных способов поведения.



Чувствительность к справедливости

Подростки острее реагируют на сравнение с другими, неравное отношение и необоснованные запреты. Такая чувствительность связана и с возрастными изменениями, и с ростом потребности в самостоятельности.

Социальные мотивы в жизни группы

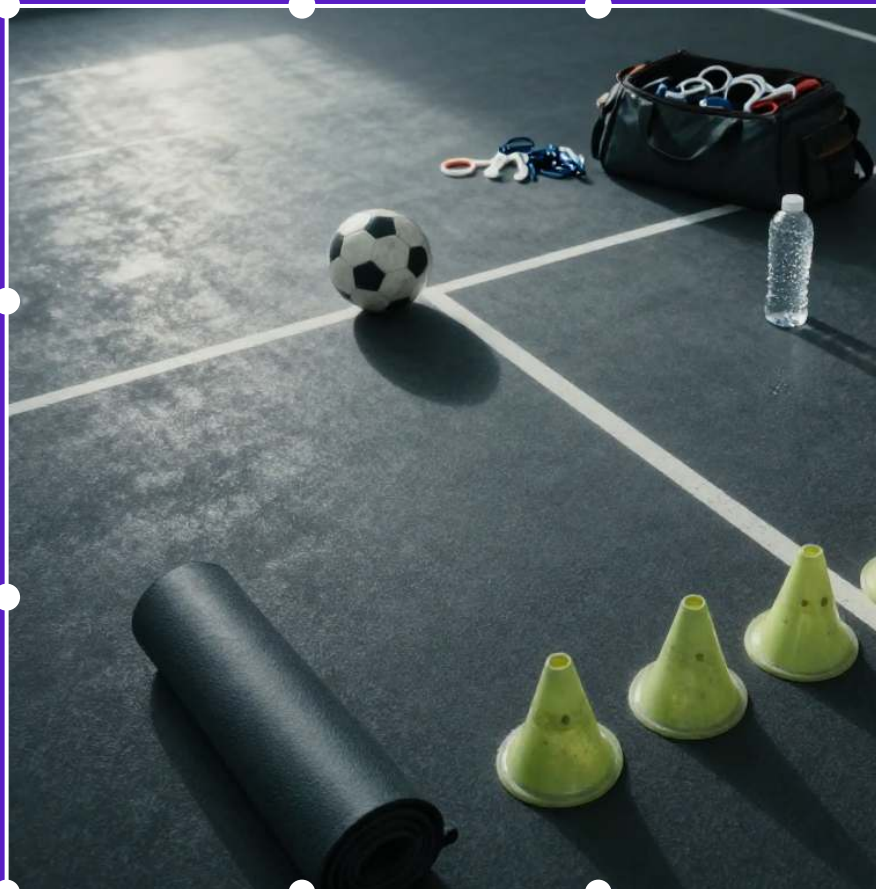
Команда на уроке

Во время группового задания один ученик предлагает идею, другой ищет информацию, третий оформляет результат. Их объединяет не только задача, но и желание быть полезными и получить одобрение товарищей. Так социальный мотив поддерживает сотрудничество и ответственность.



Спортивная игра

На тренировке подросток старается не подвести команду, потому что важны общий результат и доверие сверстников. В группе легче проявляются настойчивость, дисциплина и готовность помогать, чем в одиночной работе. Это делает поведение более активным и собранным.



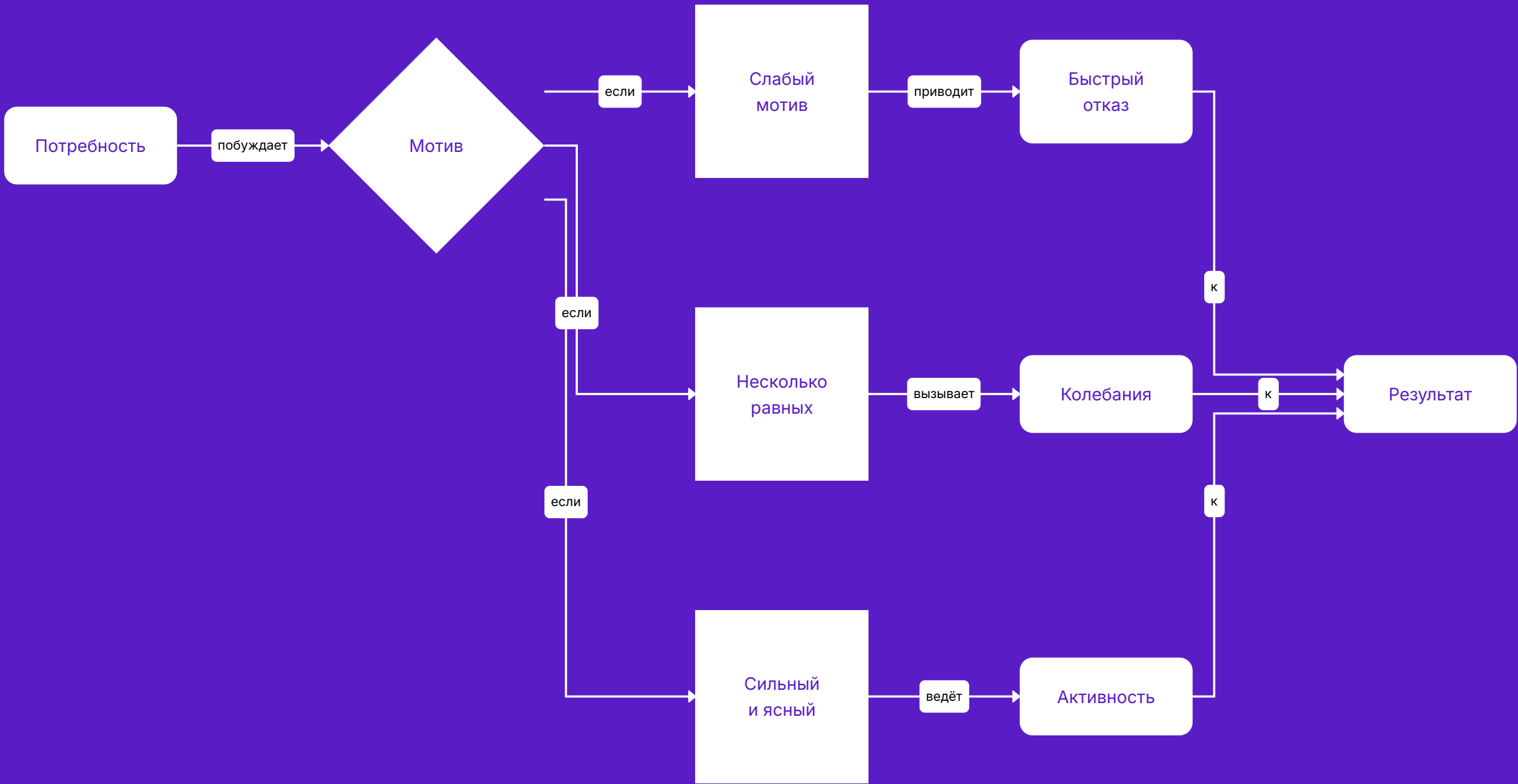
Общий проект

Когда класс готовит выступление или стенгазету, участники распределяют роли и договариваются о сроках. Здесь социальный мотив соединяется с личной значимостью дела: хочется быть принятым группой и одновременно увидеть реальный результат совместных усилий.



Как мотив влияет на поведение

Схема показывает, как сила и ясность мотива определяют продолжение или остановку действия.



Связь личной значимости цели и результата

Поддержка взрослых и друзей усиливает уверенность, но решающим остаётся то, насколько сама цель важна для человека.

Чем значимее цель, тем выше вероятность довести дело до конца; сильная усталость снижает этот показатель.



Условная схема зависимости результата от личной значимости цели

Как формируются полезные МОТИВЫ

1. Повторение

Полезное действие закрепляется, если человек регулярно его повторяет. Так формируются привычки, которые потом выполняются почти автоматически: вовремя ложиться спать, пить воду и планировать дела.

2. Успех

Когда результат заметен, желание повторить действие усиливается. Успех в учёбе, спорте или соблюдении режима дня создаёт положительное подкрепление и делает поведение более устойчивым.

3. Понимание смысла

Если человек понимает, зачем нужно действие, ему легче сохранять мотивацию. Осознание пользы сна, движения, питания и учёбы помогает выполнять нужные дела даже без внешнего контроля.

4. Личный интерес

Интерес делает поведение осмысленным и более долговременным. Клуб по любимому делу, чтение по теме или исследование нового материала поддерживают активность без принуждения.

5. Забота о здоровье

Полезные мотивы укрепляются, когда действия явно улучшают самочувствие. Достаточный сон, движение и выполнение задач по плану снижают утомление и помогают организму работать лучше.

Потребность, мотив и поведение: сравнение понятий

Понятие	Определение	Пример
Потребность	нужда	жажда
Мотив	причина действия	поиск воды
Поведение	действия	идти пить

Три понятия связаны между собой: сначала возникает потребность, затем появляется мотив, а после этого начинается поведение как цепь действий.

Потребность запускает мотив, а мотив направляет поведение к удовлетворению возникшей нужды.

Поведение начинается с потребности

Потребности показывают, что нужно организму для жизни, а мотивы объясняют, почему он действует именно так. Через поведение человек и животное приспосабливаются к среде и сохраняют здоровье.