

# ¿Cómo motivar a la mayoría de los estudiantes en tu establecimiento?

Los establecimientos educacionales tienen la titánica tarea de lograr **aprendizajes duraderos y profundos**, pero tanto docentes como líderes educativos se suelen preguntar cómo motivar a los estudiantes para lograrlo.

La teoría de la autodeterminación y la teoría de la **expectativa-valor-costo** nos pueden ayudar a reflexionar sobre esta problemática y derivar estrategias.

## ¿Qué es la motivación?

La motivación resulta de procesos internos que ayudan a iniciar y a continuar una tarea que requiere esfuerzo.



### MOTIVACIÓN INTRÍNSECA

Disfrute y emoción propia a la actividad.

## Dos tipos de motivación

### MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA

Impulsada por factores externos.



## Dos teorías principales aplicadas a la educación



### TEORÍA DE LA AUTODETERMINACIÓN:

Para que los estudiantes puedan interiorizar la motivación intrínseca, se requiere satisfacer ciertas necesidades psicosociales: el **sentido de competencia**, **vinculación** y **autonomía**.

### TEORÍA DE EXPECTATIVA-VALOR-COSTO:

La motivación también se ve impactada por tres factores: la **expectativa de éxito**, el **valor percibido** y el **costo de la tarea**.



#### SENTIDO DE COMPETENCIA



Es importante que los estudiantes se sientan capaces de alcanzar aprendizajes. Entregar tareas significativas y desafiantes que los alumnos puedan llegar a dominar. Esto aumentará su confianza y disposición a intentarlo.

#### VINCULACIÓN



Crear en los alumnos un sentido de pertenencia. Se logra promoviendo el respeto y el reconocimiento de logros, lo que hace que los alumnos se sientan vistos y valorados.

#### AUTONOMÍA



Consiste en hacer sentir a los estudiantes que tienen un sentido de control y agencia dentro de las limitaciones del currículum y las estructuras de las clases. Por ejemplo, escoger un conjunto limitado de temáticas para un trabajo o elegir una actividad extra-curricular.

#### EXPECTATIVA



Se trata de la creencia sobre la capacidad para tener éxito en una tarea. “¿Qué tan probable es que tenga éxito?”. Si la percepción de esa probabilidad es muy baja, la motivación disminuye.

#### VALOR



Se refiere a lo importante o útil que el estudiante percibe que es una tarea. “¿Por qué debería hacer esto?”. Cuanto más alto el valor, más disposición habrá para actuar y mantener las acciones.

#### COSTO



Describe qué es lo que se deja de lado al escoger determinada opción o acción, o si la tarea implica demasiado esfuerzo o sobrecarga. Por ejemplo, “¿usar tanto tiempo de estudio vale la pena?”; “es interesante, pero es demasiado información y me supera”.



Es importante considerar que todos estos factores que influyen en la motivación dependen bastante de **vivencias en asignaturas y contextos específicos**. Es decir, una estudiante puede estar muy motivada en matemáticas porque ha logrado sentirse competente y vinculada a sus docentes, valora lo que aprenden por su utilidad en su vida actual y

futura; pero en inglés suele sentirse avergonzada de su dominio y, por lo tanto, sus expectativas de éxito en tareas habladas son muy bajas. Sin embargo, si la mayoría de los docentes de una escuela tienen en mente estos factores y los consideran sistemáticamente, es más probable que la motivación por asistir a la escuela o aprender en general pueda aumentar.

## Bibliografía

Ambition Institute (2025). *Experimentar el éxito y desarrollar el máximo potencial: Una guía basada en la investigación sobre la motivación y el involucramiento estudiantil*. (Trad. Aptus). Aptus.  
Feldon, D. F., Callan, G., Juth, S., & Jeong, S. (2019). Cognitive load as motivational cost. *Educational Psychology Review*, 31(2), 319–337.