CARIERĂ
SUCCES
PERFORMANȚE

Georgeta Pânișoară
Ion-Ovidiu Pânișoară

MOTIVAREA EFICIENTĂ

Ghid practic



POLIROM

Colecţia *Carieră. Succes. Performanţe* este coordonată de Ion-Ovidiu Pânişoară.

© 2005 by Editura POLIROM

www.polirom.ro

Editura POLIROM
Iaşi, B-dul Carol I nr. 4, P.O. BOX 266, 700506
Bucureşti, B-dul I.C. Brătianu nr. 6, et. 7, ap. 33, O.P. 37;
P.O. BOX 1-728, 030174

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României:

PÂNIŞOARĂ, GEORGETA

Motivarea eficientă: ghid practic / Georgeta Pânişoară, Ion-Ovidiu Pânişoară. – Iaşi: Polirom, 2005

ISBN: 973-681-969-8

I. Pânişoară, Ion-Ovidiu

159.947.5:331.101.6

Printed in ROMANIA

37317

Georgeta Pânișoară
Ion-Ovidiu Pânișoară

MOTIVAREA EFICIENTĂ

Ghid practic

238825
UNIVERSITATEA
BIBLIOTECA 1

C-238825X

POLIROM
2005

Cuprins

Motivaţie şi motivare. O altfel de prefaţă 9

Capitolul 1
Ce este motivaţia? 15
De la motivaţie la motivare 24

Capitolul 2
Perspective asupra motivaţiei. De la teorie la practică (I) 27
Teoria instinctului 28
Teoria lui H. Murray 31
Teoria lui Maslow 36
Teoria lui Clayton Alderfer 41
Teoria lui Herzberg 42
Teoria lui McClelland 43
Teoria lui Vroom 45
Teoria echităţii 47

Capitolul 3
Perspective asupra motivaţiei. De la teorie la practică (II) 51
Perspectiva homeostatică 51
Teoria reducerii impulsului 52
Teoria recompenselor 54
Teoria proceselor oponente 56
Teoria stimulării. Nivelul optim de stimulare 60

Capitolul 4
O incursiune în problematica motivelor 69
Aspecte fiziologice ale motivării 71
Motivele de afiliere 77
Motivele de aprobare socială 87
Motivele de putere 91
Motivele de cunoaştere (curiozitatea) 94
Motivele de realizare 97

Capitolul 5
Abordări în practica motivării 111
Axa cognitiv-afectiv în motivare 112
Motivaţia cognitivă 112
Motivaţia afectivă 127
Atribuirea – la graniţa între cognitiv şi afectiv 136
Axa extrinsec-intrinsec în motivare 140

Capitolul 6
Motivarea profesională 155
Motivarea individului organizaţional 158
Motivarea lucrului împreună cu alţii 166
Structurarea sarcinii şi motivarea grupului. Fenomenul de lene socială 166
Motivarea prin construcţia de echipă (team-building) *172*
Motivarea global-organizaţională 180
Politica salarială de motivare *193*
Modalităţi alternative şi/sau complementare de motivare 200

Capitolul 7
Mecanisme de apărare 207
Compensarea 212
Proiecţia 213
Intelectualizarea 214
Formaţiunea reacţională 215
Negarea/Refuzul 216
Deplasarea/Înlocuirea 217

Raţionalizarea 218
Refugiul în reverie/Fantazarea 220
Retragerea apatică 221
Fixaţia 221
A face pe bufonul (a lua în derâdere) 222
Controlul 222

Capitolul 8
Automotivarea. Câteva elemente de gândire pozitivă 225
Cauze ale automotivării 227
Tehnici de automotivare 239

Capitolul 9
Exerciţii şi studii de caz 249
Exerciţii 250
Studii de caz 279

Bibliografie 287