

MOTYWACJA WEWNĘTRZNA	MOTYWACJA ZEWNĘTRZNA
<ul style="list-style-type: none"> • Ja z sobą samym • Mój “wewnętrzny głos” • Żeby być z siebie zadowolonym • Żeby czuć się dobrze ze sobą • Postępowanie zgodnie z własnymi wartościami • Czuć, że coś nas pociąga, przyciąga • Wewnętrzne zobowiązanie • Wyższy poziom motywacji, chęci, kreatywności, wytrwałości w realizacji zadania, • Brak potrzeby przypominania, ponagłania przez kogoś z zewnątrz 	<ul style="list-style-type: none"> • Ja i moje środowisko • Żeby zostać wynagrodzonym • Żeby uniknąć kary • Być pchanym w pewnym kierunku • Kontrolowana przez czynniki zewnętrzne • Działa w przypadku prostych, mechanicznych, powtarzalnych czynności • <i>Każda marchewka jest ukrytym kijem, ponieważ nie danie marchewki jest karą samą w sobie</i>