

EPM₃₀/ SPM₃₀¹

Evaluarea Persistenței Motivaționale[©] (descriere sintetică/ pentru cercetare)

Copyright CONSTANTIN Ticu

tconst@uaic.ro

(004) 0744 643 467

Descriere EPM₃₀

Chestionarul EPM/ SPM (Evaluarea Persistenței Motivaționale) (Constantin et al., 2011) permite evaluarea persistenței motivaționale, înțeleasă ca fiind predispoziția individuală de a persista motivațional în efortul direcționat spre atingerea unui scop, de a găsi resursele motivaționale necesare pentru atingerea obiectivelor pe termen lung.

În modelul conceptual care stă la baza construcției **EPM/ SPM**, *implicarea motivațională* (ceea ce ne atrage, ne implică motivațional) este văzută ca o componentă distinctă de **persistența motivațională** (aceasta din urmă intervenind abia după ce este luată decizia implicării motivaționale) care presupune activarea tuturor resurselor (inclusiv a celor care asigură "re-alimentarea motivației") în efortul direcționat spre atingerea obiectivelor propuse, în ciuda obstacolelor, rutinei, stresului, oboselei sau altor factori distractori.

Versiunea lungă a chestionarului **EPM / SPM (new version)** este formată din 30 de itemi, tot cu răspuns pe o scală în 5 trepte, și asigură identificarea a cinci factori: **ambiție** (*stabilirea de scopuri ambițioase*); **determinare** (*urmărirea de scopuri pe termen lung*); **planificare** (*pregătirea activităților zilnice*); **implementare** (*realizarea sarcinilor zilnice*); **recurență** (*reactualizarea scopurilor neatînse*); **autodisciplină** (*monitorizare și auto-constrângere*).

Scorurile mari la dimensiunea generală **persistență motivațională** (scor global) sunt reprezentative pentru oamenii care găsesc mereu resurse pentru a-si alimenta motivația în efortul de atingere a unor obiective ambițioase, cele care cer dedicare sau efort constant. Astfel de oameni acceptă provocarea sarcinilor dificile și reușesc să rămână concentrați în activitățile zilnice/ curente chiar și după ce devin neplăcute sau mai puțin interesante, dacă sunt subsumate unor scopuri pe termen lung. Ei revin frecvent cu gândul la obiective sau inițiative personale amânate, le reactualizează și le repun în agenda personală, chiar dacă aparent erau abandonate. Având în minte obiective importante pentru ei, astfel de persoane găsesc resursele necesare pentru a se auto-motiva și investi în efortul spre atingerea acelor obiective îndepărtate în timp.

Rezultatele oferite de **Chestionarul EPM/ SPM** pot fi relevante pentru activitatea din domeniul **educațional** (*persistență motivațională și succesul/ abandonul în învățare; stabilirea de obiective ambițioase pe termen*

¹ Inițial chestionarul a avut denumirea "Scala Persistenței Motivaționale" (SPM) având în componența sa trei sub-scală (vezi *Constantin et al., 2011*). Pentru că a evoluat și a ajuns la un chestionare cu 6 factori, denumirea de "scală" este improprie, noua denumire a chestionarului fiind **Chestionarul EPM (Evaluarea Persistenței Motivaționale)**

lung și succesul/eșecul academic etc.), din domeniul **clinic-psihoterapeutic** (predispoziția motivațională a clientului și efectul ei asupra reușitei intervenției terapeutice; aderența la tratament și persistența motivațională etc.) sau din domeniul **organizațional** (identificarea candidaților sau a angajaților ambițioși/cu scopuri modeste, estimarea persistenței motivaționale în sarcini complexe, pe termen lung, identificare angajaților rezistenți la activități simple, rutiniere etc).

SPM este recomandată spre utilizare în toate acele situații în care se pune problema evaluării tendinței sau predispoziției unei persoane de a persista în sarcini sau scopuri pe termen lung, cele care presupun **ambiiție** în alegerea scopurilor, **consecvență** în urmărirea lor, **planificare** sistematică a activităților curente, **focalizare** pe realizarea sarcinilor zilnice și **reactualizare** frecventă a scopurilor neatinse.

FACTORII EPM₃₀

Persistență motivațională (scor total)

(–) Evită să își asume obiective sau proiecte ambițioase care cer un efort susținut pe termen lung sau are tendința de a le abandona după ce trece entuziasmul inițial. Nu îi place să își planifice activitățile cotidiene și cedează ușor în fața obstacolelor și rutinei, ritmul său de muncă fiind unul inconstant. Se detașează cu ușurința de proiectele la care a renunțat și este înclinat(ă) să uite ceea și-a promis la un moment dat. a – a

(+) Găsește mereu resurse pentru a-și alimenta motivația în efortul de atingere a unor obiective ambițioase care cer dedicare sau efort constant. Se simte provocat(ă) de sarcinile dificile și reușește să reziste tentației naturale de a ceda când activitatea devine greu de tolerat, rămânând concentrat(ă) în activitățile zilnice chiar și după ce devin neplăcute sau mai puțin interesante. Revine frecvent cu gândul la obiective sau inițiative personale amânate sau abandonate și își imaginează noi moduri de a folosi oportunități la care a renunțat la un moment dat.

Ambiiție (stabilirea de scopuri ambițioase)

(–) Mai puțin ambițios (oasă), nu simte nevoia să se afirme și nu îi place să se gândească la viitoare realizări sau reușite personale. Evită să își propună atingerea unor obiective ambițioase sau a unor scopuri majore pe termen lung.

(+) Ambițios(oasă), vrea mereu mai mult de la sine și îi place să se gândească la viitoare realizări sau reușite personale. Tinde să își propună atingerea unor obiective ambițioase sau a unor scopuri majore pe termen lung.

Determinare (urmărirea scopurilor pe termen lung)

(–) Preferă să nu își propună proiecte importante sau să își stabilească obiective pentru care trebuie să depună un efort susținut pe termen lung. Atunci când face totuși astfel de angajamente, cedează ușor în fața obstacolelor și a dificultăților sau a rutinei. Poate reacționa ca un „foc de paie”, înflăcăându-se ușor în fața noilor proiecte sau oportunități. După entuziasmul inițial, poate abandona cu ușurință, descurajat chiar după primele piedici.

(+) Își propune scopuri sau obiective (personale sau profesionale) care solicită o planificare amănunțită și o desfășurare pe perioade lungi de timp (luni sau chiar ani). După înfruntarea repetată de obstacole depune și mai mult efort, stăruință. Animat(ă) și energizant(ă) de aceste idealuri, găsește mereu resurse pentru a-și susține efortul de a progresa în atingerea obiectivelor intermediare.

Planificare (*pregătirea activităților zilnice*)

(–) Nu îi place să se gândească, să noteze și să planifice din timp activitățile zilnice sau săptămânale. Folosește mai rar sau deloc agende sau liste pentru a planifica următoarele sarcini, se abate ușor de la cele planificate iar zilele cu activități deja fixate, nu îl încântă prea mult.

(+) Îi place să se gândească, să planifice și să își noteze din timp activitățile zilnice sau săptămânale. Folosește agenda și liste pentru aceasta, respectă întru totul cele planificate și preferă zilele cu sarcini și activități clar planificate.

Implementare (*realizarea sarcinilor zilnice*)

(–) Are uneori dificultăți în concentrarea și realizarea activităților zilnice, mai ales dacă acestea sunt solicitante. Nu îi plac sarcinile dificile sau nefamiliare, având o rezistență scăzută la frustrare. Renunță ușor la activități începute, mai ales după ce acestea devin obositoare, frustrante sau mai puțin interesante. Ritmul său de muncă este inconstant, amenințat mereu de tentația de a renunța în favoarea angajării în noi ocupații, mai recompensatoare sau incitante.

(+) Acceptă provocarea sarcinilor dificile și reușește să rămână concentrat(ă) în activitățile curente, chiar și după ce acestea devin neplăcute sau mai puțin interesante. Manifestă o preferință cognitivă pentru sarcinile dificile, având o rezistență la frustrare ridicată. Odată ce și-a stabilit un plan concret, pe termen scurt, renunță greu la acesta, impulsivat(ă) fiind de motivația de a duce la capăt ceea ce a început la un moment dat.

Recurență (*reactualizarea scopurilor neatinse*)

(–) Revine rareori cu gândul la obiective personale sau inițiative mai vechi, amânate sau la care a fost nevoit(ă) să renunțe în trecut. Nu își pierde timpul cu analiza unor inițiative trecute dar abandonate și nu își imaginează alternative prin care ar fi putut finaliza acele inițiative. Îi este destul de ușor să se detașeze de obiectivele sau proiectele la care a renunțat și este tentat(ă) să uite ceea ce și-a promis la un moment dat, mai ales dacă apar dificultăți în atingerea acelor scopuri personale.

(+) Revine frecvent cu gândul la obiective sau inițiative personale amânate sau abandonate și îi este dificil să se detașeze mental de acestea. Îi vin câteodată idei noi legate de o problemă sau un proiect mai vechi sau își imaginează noi moduri de a folosi oportunități pe care nu le-a fructificat.

Autodisciplină (*monitorizare și auto-constrângere*)

(–) Inconstant(ă) și receptiv(ă) distragere, nu îi place să fie constrâns(ă) de planificări și termene autoimpuse și se abate prea ușor de la stabilite anterior sau de la activitățile necesare. Viața sa și lucrurile sale pot fi mereu în dezordine și riscă să nu-și termine treburile la timp sau să nu-și respecte promisiunile. Nu crede că reușita sa în viață depinde de perseverență și autodisciplină.

(+) Disciplinat(ă) și autodeterminat(ă), își impune și respectă cu rigurozitate angajamentele luate, indiferent de consecințe. Organizată, apreciază ordinea și finalizează activitățile programate la termenul autoimpus. Este convinsă că realizările sale cele mai importante se datorează disciplinei și perseverenței.

ÎNREGISTRARE DATE EPM₃₀

Pentru scorare manuală & cercetare

1. Se creează o bază de date în care fiecare item al chestionarului SPM se definește ca o variabilă numerică cu rădăcina SPM (SPM1, SPM2, SPM3 ... SPM30) la care se adaugă variabile socio-demografice.
2. În baza de date, pentru toți itemii, se introduc valorile pe scale ale răspunsurilor oferite de fiecare subiect (în foarte mică măsură = 0, în mică măsură = 1, în măsură medie = 2, în mare măsură = 3, în foarte mare măsură = 4).
3. După introducerea în baza de date a valorilor bifate pe chestionar și salvarea bazei de date ("Nume_bazadateSPM_0.sav") se verifică corectitudinea datelor introduse pentru identificarea eventualelor erori de înregistrare (11, în loc de 1; 22 în loc de 2 etc.) În SPSS se pot verifica prin: *Analyze - Descriptive statistics – Frequencies, Minimum si Maximum*).
4. În aceeași bază de date se introduc și valorile la celelalte probe psihologice sau alte variabile luate în calcul în designul de cercetare și se calculează scorurile pe factori la aceste probe psihologice/variabile.
5. Se trimite baza de date corect completată la adresa tconst@uaic.ro solicitând verificarea consistenței interne și calcularea scorurilor pe factori.

Pentru scorare automată & generare profil psihologic

Chestionarul EPM poate fi aplicat și în format electronic (on-line), prin invitații e-mail trimise de pe platforma **PsihoProfile** (www.psihoprofile.ro). Detaliile succinte referitoare la utilizarea PsihoProfile se găsesc la adresa <https://goo.gl/4vXNfY> sau pe pagina web <http://www.psihoprofile.ro/Public/Viitorul>.

Dacă se dorește aplicarea chestionarului în format imprimat (creion-hârtie) și înregistrarea ulterioară în baza de date PsihoProfile (alături de chestionarele aplicate on-line), după logarea pe PsihoProfile, în secțiunea *EVALUARE - Aplică chestionare – (selectează) EPM - Introdu răspunsuri*, pot fi introduse datele de pe chestionarele aplicate în varianta imprimată.

La finalul cercetării (după aplicarea/înregistrarea tuturor chestionarelor), pentru a avea acces la baza de date cu toate chestionarele completate (on-line - introduse automat sau imprimat - introduse manual), se va trimite un e-mail la adresa tconst@uaic.ro pentru a solicita baza de date, precizând: *Numele si prenumele studentului/ cercetătorului* (clientului PsihoProfile, cel care a oferit spre completare chestionarul), *Denumirea chestionarului/ chestionarelor aplicate*, intervalul în care au fost culese datele și numărul aproximativ de persoane evaluate. Ca răspuns la acest e-mail se va primi o bază de date în format Excel sau SPSS cu toate chestionarele completate (itemi și scoruri pe factori).

Citare utilizare EPM₃₂

Pentru citare: (Constantin et al., 2011)

Constantin T., Holman, A., Hojbota, A.-M. (2011), Development and validation of a motivational persistence scale, *Psihologija*, 2011, Vol. 45 (2), 99–120.

Descriere instrument

(de introdus în secțiunea *Metodologia / Designul cercetării: Instrumente utilizate*)

Chestionarul **EPM** – *Evaluarea Persistenței Motivaționale* (Constantin et al., 2011) permite evaluarea persistenței motivaționale înțeleasă ca fiind predispoziția individuală de a persista motivațional în efortul direcționat spre atingerea unui scop, de a găsi resursele motivaționale necesare pentru atingerea obiectivelor pe termen lung. Chestionarul SPM este format din 30 de itemi vizând identificarea a șase factori: ambitie (*stabilirea de obiective ambițioase*), determinare (*urmărirea scopurilor pe termen lung*); planificare (*pregătirea activităților zilnice*); implementare (*realizarea sarcinilor zilnice*); recurență (*reamintirea scopurilor neatinse*) și autodisciplină (*respectarea planificărilor și angajamentelor*).

BIBLIOGRAFIE

Date relevante despre caracteristicile psihometrice ale [Scalei Persistenței Motivaționale](#) au fost publicate în următoarele articole

- Constantin T., Holman, A., Hojbota, A.-M. (2011), **Development and validation of a motivational persistence scale**, *Psihologija*, 2011, Vol. 45 (2), 99–120.
- Cenberci, S., & Beyhan, A. (2016). **Research for motivational persistence levels of prospective teachers in terms of age, gender and teaching branch variables**. *Journal of Education and Training Studies*, 4(12), 21-26.
- Sarıçam, H. (2015). **Academic locus of control and motivational persistence: Structural equation modeling**. *Journal of Educational Sciences Research*, 5(1), 79-92.
- SARİCAM, H., Ahmet, A. K. I. N., Ümran, A. K. I. N., & İlbağ, A. B. (2014). Motivasyonel kararlılık ölçeğinin Türkçe formu: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. **The Validity and Reliability of the Turkish Version of the Motivational Persistence Scale**. *Turkish Journal of Education*, 3(1), 60-69.
- Bostan C. M, Constantin T. & Aiftincăi A. M. (2014) The role of motivational persistence and emotional dynamics in changes of well-being *Procedia-Social and Behavioral Journal*, Ref. code: 20140508, ISBN: 978-88-7587-697-5, pp1097 - 1102
- Holman, A. C., Pascal, E. A., Bostan, C., Hojbota, A. M., & Constantin, T. (2015). Developing academic persistence in the International Baccalaureate Diploma Program: educational strategies and associated personality traits. *Annals of Al.I. Cuza University. Psychology Series*, 24(2), 53-79.
- Hojbotă A-M, Rusu A., Constantin T., (2013), Beyond the asymmetries between pleasure and pain. An exploratory study of the links between regulatory focus, trait affectivity and motivational persistence, *Annals of the Al. I. Cuza University, Psychology Series, Volume 22, Issue no. 1, 2013, pp 89 - 103*

- Juțu, A., Constantin, T. (2011) *Understanding job performance through persistence and job competency*, Published by Elsevier Ltd. Selection and peer-review under responsibility of PSIWORLD, 2011.
- Macovei, I., & Constantin, T. (2011), Volunteers versus non-volunteers: the role of the motivational persistence, *Annals of the Alexandru Ioan Cuza University. Psychology Series*, Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza” Iasi, Volume 20, 1/ 2011.
- Matran, L. P., Constantin T. (2009), Impactul valenței recompensei asupra persistenței motivaționale (The impact of the reward valence on the motivational persistence), *Analele Științifice ale Universității „Alexandru Ioan Cuza” din Iași. Psihologie*, Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza” din Iași, Tomul XVIII, 2 /2009, pp. 5-26.
- Hojbotă, A. M., Constantin, T. (2009), Determinanți afectivi ai persistenței motivaționale (Affective determiners of the motivational persistence), *Analele Științifice ale Universității „Alexandru Ioan Cuza” din Iași. Psihologie*, Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza”, Tomul XVIII, 2 /2009, pp. 5-26.
- Hojbotă, A. M., Constantin T. (2009), Persistența motivațională și relațiile ei cu variabilele cognitive-motivaționale (Motivational persistence and its relations with cognitive-motivational variables), *Revista de psihologie organizațională*, Editura Polirom, nr. 3-4/2009, pp. 101-122.
- Constantin, T., Iarcuczewicz, I., Constantin, L., Fodorea, A., Căldare, L. (2007). Persistența motivațională și operaționalizarea ei în vederea evaluării potențialului motivațional individual *Analele Științifice ale Universității „Alexandru Ioan Cuza” din Iași. Psihologie*, Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza”, Tomul XVI, 2007, pp. 5 – 22.

See also (as reference) :

Academic Persistence Across the International Baccalaureate Continuum (International Baccalaureate)
<https://ibo.org/globalassets/publications/ib-research/dp/research-acad-persistences-summary-en.pdf>