

Motivação Intrínseca

A motivação intrínseca **nasce dentro de cada um e independe de qualquer tipo de estímulo externo**. As recompensas que você terá ao cultivá-la são puramente subjetivas: autoestima, satisfação pessoal, independência, força interior, confiança etc.

De uma forma geral, é possível afirmar que a [motivação](#) pode ser classificada em dois grandes grupos: motivação extrínseca e motivação intrínseca.

