

МОТИВАЦІЯ



Владислав
Свиридов

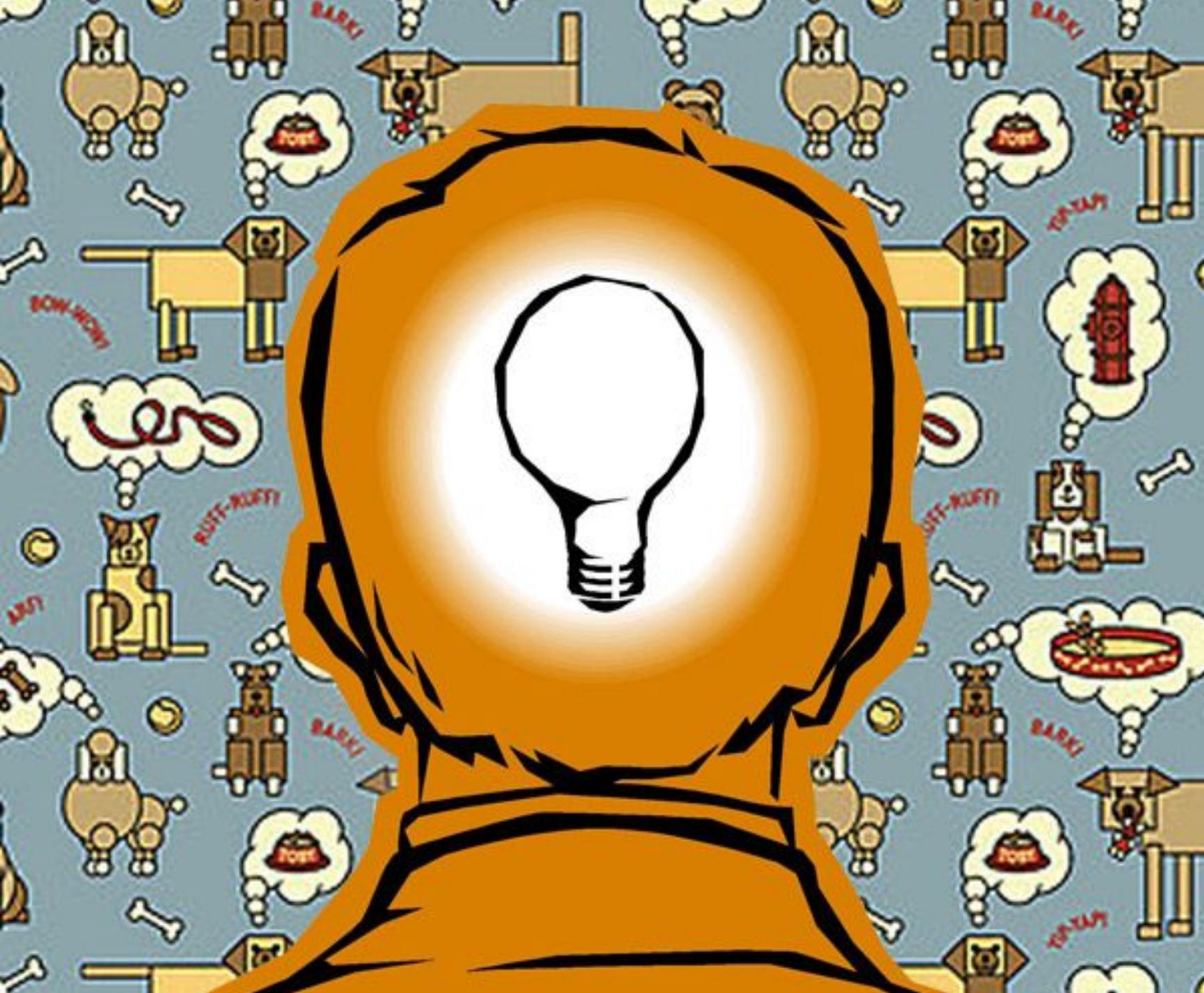
ЧТО ТАКОЕ МОТИВАЦИЯ?

Мотивация – это побуждение к действию.

Мотивация – это способность человека удовлетворять свои потребности посредством какой-либо деятельности.

Мотивация – это динамический психофизиологический процесс, который управляет поведением человека и определяет его организованность, направленность, устойчивость и активность.





ВИДЫ МОТИВАЦИИ

- Внешняя мотивация
- Внутренняя мотивация
- Положительная мотивация
- Отрицательная мотивация
- Устойчивая мотивация
- Неустойчивая мотивация
- Индивидуальная мотивация
- Групповая мотивация
- Познавательная мотивация
- И др.





ТЕОРИИ МОТИВАЦИИ

- * Содержательные теории мотивации
- * Процессуальные теории мотивации
- * Теории, в основе которых лежит специфическая картина человека



ГЛАВНОЕ ВЕРИТЬ,
А ДАЛЬШЕ ВСЕ БУДЕТ

САМОМОТИВАЦИЯ

Самомотивация – это желание или стремление человека к чему-либо, основанное на его внутренних убеждениях; стимул для действия, которое он хочет совершить.



A wooden surface with a white card, a pencil, a map, and a greeting card. The card has a quote by Walt Disney. The pencil is blue and yellow. The map is yellow and red. The greeting card is red and blue.

**We keep moving forward
opening up new doors
and doing new things.
because we are curious...
and curiosity
keeps leading us down
new paths.**

Walt Disney

АФФИРМАЦИИ

Аффирмации – это специальные небольшие тексты или выражения, оказывающие на человека влияние преимущественно на психологическом уровне.

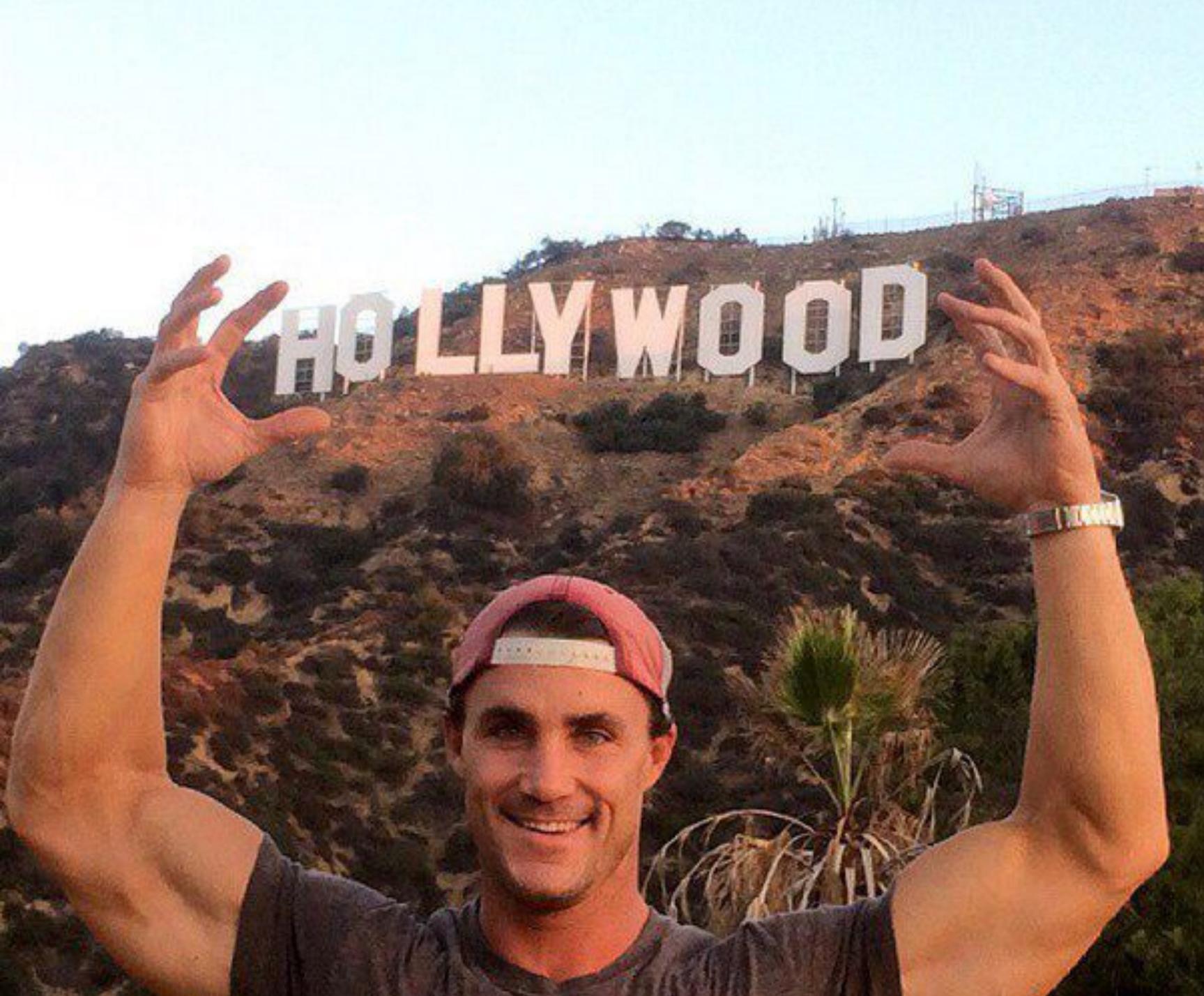




САМОВНУШЕНИ Е

Самовнушение – это процесс воздействия человека на свою психику с целью изменения своего поведения, т.е. метод формирования нового поведения, ранее не свойственного.





БИОГРАФИИ ИЗВЕСТНЫХ ЛИЧНОСТЕЙ

Данный метод является одним из самых эффективных для самомотивации.





РАЗВИТИЕ СИЛЫ ВОЛИ

Именно сильная воля
помогает человеку
развиваться,
самосовершенствоваться
и достигать новых
высот.



ВИЗУАЛИЗАЦИЯ

Визуализация – это ещё один очень действенный метод повысить свою мотивацию. Он заключается в мысленном представлении желаемого.



**HOW WILL YOU
BE REMEMBERED?**