



МОТИВАЦИЯ

ТРЕНИНГ РАЗРАБОТАЛИ:

БИРЖАНОВ РУСЛАН 8У

МАРИЯ ВЕЛИКОВА 8Д

ЗЕМЛЯНОВА ОЛЯ 8Д

Что такое мотивация?

- ▶ Мотивация- это побуждение к действию; динамический процесс психологического плана, управляющий поведением человека, определяющий его направленность, организованность, активность и устойчивость;



Motivation



Для чего нужна мотивация

- ▶ Мотивация нужна для того, чтобы добиться успеха в жизни, научиться преодолевать препятствия, не сдаваться в тяжелых ситуациях. Итак, чтобы научить вас мотивироваться мы подготовили пару упражнений, вы должны выполнить их в своей группе.

Вся твоя жизнь на 90% зависит от тебя самого и лишь 10% от обстоятельств, которые на 99% зависят от тебя...



Упражнение 1

Наше первое упражнение заключается в том, что вы **КОМАНДОЙ** должны нарисовать на листке круг. Внутри круга вы должны написать особенности вашей личности, которые вам кажутся наиболее важными для выполнения какой-либо деятельности. А вне круга напишите те личностные качества, использование которых неуместно в профессиональной деятельности. На выполнение этого задания вам дается 5 минут. По прошествии этого времени все команды должны предоставить свои схемы, ответив на два главных вопроса:

1. Какими личностными проявлениями надо пожертвовать во время работы?
2. Какие свойства личности все же можно интегрировать в профессиональную жизнь?

На это каждой команде дается по минуте.



Упражнение 2

- ▶ Перейдем к следующему упражнению. Сейчас вам раздали все необходимые материалы, по прошествии 15 минут ваша команда должна будет представить другим плод своего коллективного творчества. Что вы будете представлять решать вам, важно лишь, чтобы в работе участвовала вся команда, решения принимались коллективно и для создания вашего арт-объекта были использованы все розданные вам материалы. Так же не забудьте дать название полученному произведению и учтите, что на его презентацию вам дается только одна минута.



Заключение

- ▶ Самое время подводить итоги нашего тренинга. Сегодня вы узнали, что такое мотивация, для чего она нужна. Также вы показали, что командная работа способна выдавать отличные результаты. Мы очень надеемся, что вам понравился наш тренинг в будущем, эти знания очень вам помогут.

