

Czym jest i co nam daje motywacja

Są działania, do realizacji których przystępujemy z chęcią i nikt nie musi nas do tego namawiać, natomiast w stosunku do innych jest zupełnie inaczej. Ociągamy się, tempo pracy jest znacznie wolniejsze i przy jej wykonywaniu odczuwamy ogólne zniechęcenie. Dlaczego tak jest i co za to odpowiada? Czynniki które mają na to największy wpływ nazwać możemy motywami działania i w odniesieniu do różnych osób, one też będą się różnić. Na warsztatach uczniowie poszerzą swoją wiedzę dotyczącą motywacji oraz jej wpływu na uzyskiwane przez nich efekty.

Cel warsztatów:

Uświadomienie uczniom czym tak naprawdę jest motywacja, co ją powoduje, do czego jest nam ona potrzebna, a także co może odpowiadać za jej istnienie, bądź też ewentualny jej brak.

Zakres tematyczny:

- Wyjaśnienie pojęcia „motywacja” i omówienie jej rodzajów
- Czynniki odpowiadające za jej powstawanie
- Jak wyznaczać cele i je osiągać
- Najczęściej występujące działania motywacyjne
- Jak reagować na spotykające nas w życiu codziennym trudności

Adresaci programu:

Uczniowie w wieku 10 – 15 lat

Czas trwania:

- 90 minut lub więcej

Rezultat warsztatów:

Uczniowie wiedzą w jaki sposób określić czynniki swojej motywacji, nabywają umiejętność prawidłowego diagnozowania siły swojej motywacji, rozróżniają motywację osiągnięć od motywacji unikania niepowodzeń.