

NEET'LER PAZARA ERİŞİYOR



Bu proje Avrupa Birliği ve Türkiye Cumhuriyeti tarafından finanse edilmektedir.



MOTİVASYON

24 OCAK 2024

Dr. İntizam Seyda Durgun

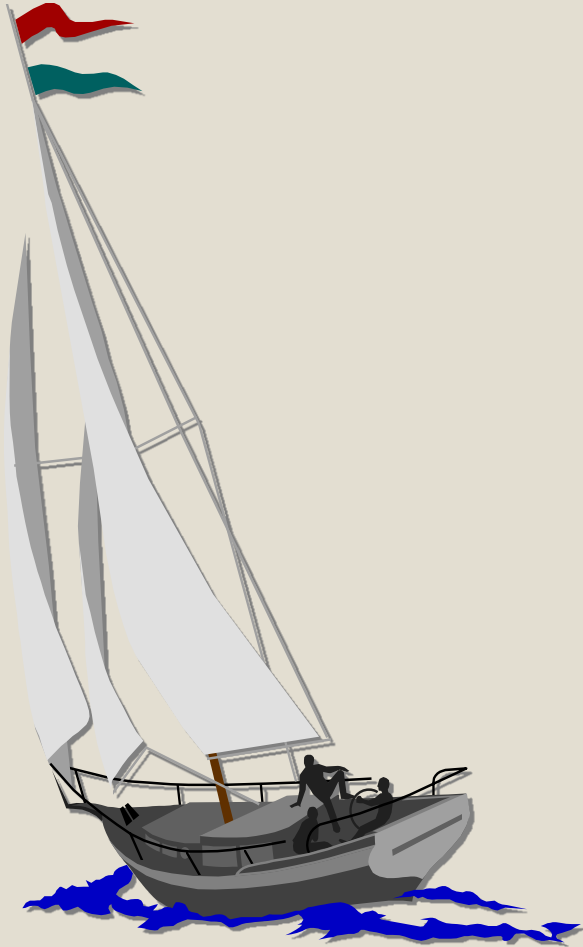
www.neet2market.com



NE KONUŞACAĞIZ

- Motivasyonun Tanımı,
- Motivasyona Neden İhtiyaç Duyulduğu,
- Motivasyon Yönetimi,
- Motivasyon Araçlarının Neler Olduğu
- Ne Zaman, Nasıl Etkin Bir Şekilde Kullanılacağı,
- Motivasyon Düzeylerinin Düşmesinin Nedenleri,
- Bireyin Güçlü Yönlerini Kullanması,
- Zayıf Yönlerini Geliştirmesi,
- İç Ve Dış Motivasyon,
- Bireysel Ve Grup Motivasyonu

Sorular...



**Biz
yelkenlerimizi
açmazsak, hiçbir
rüzgar bize
yardımcı
olamaz!..**

Hangi yoldan gitmeli



Alice:

Hangi yoldan gitmeliyim?

Kedi:

Nereye gittiğine bağı.

Alice:

Nereye gittiğimi bilmiyorum.

Kedi:

**O halde hangi yoldan gittiğinin
bir önemi yok!**

Alice Harikalar Diyarında, 1872.

MOTİVASYON NEDİR?

- Motivasyon yüreklendirmedir, coşturmaktır, teşvik etmektir.
- Motivasyon, çalışanın işe karşı ilgisini ve arzusunu artırmaktır.
- Motivasyon, bir ihtiyacı karşılama, bir amaca yönelmiş faaliyet ve davranışları belirleme, kontrol etmek veya yöneltmektir.



MOTİVASYON NEDİR?



Motivasyon, bir davranışı başlatan, sürdüren ve yön veren içsel güçtür.

İçsel motivasyon: Bireyin kendi iç dünyasından gelen motivasyondur.

Dışsal motivasyon: Bireyin dış dünyadan gelen motivasyondur.

MOTİVASYON YÖNETİMİNİN TEMELLERİ

- Hedefleri belirlemek
- Plan yapmak
- Olumlu düşünmek
- Kendinize inanmak
- Kendinizi ödüllendirmek
- Motive edici insanlarla vakit geçirmek
- Motivasyon artırıcı kitaplar ve makaleler okumak



MOTİVASYONUMUZ NEDEN DÜŞER?

- Hedeflerin ulaşılmaz olması
-
- Hedeflerin belirsiz olması
-
- Hedeflere ulaşmanın öneminin az olması
-
- Motivasyon kaynaklarının azalması



BİREYİN GÜÇLÜ YÖNLERİNİ KULLANMASI

- Kişisel ve mesleki gelişimi destekler.
- Mutluluğu ve tatmini artırır.
- Hedeflere ulaşma isteği
- Merak ve öğrenme isteği
- Başarıya ulaşma isteği
- Özgüveni geliştirir
- İş ve okul performansını artırır.

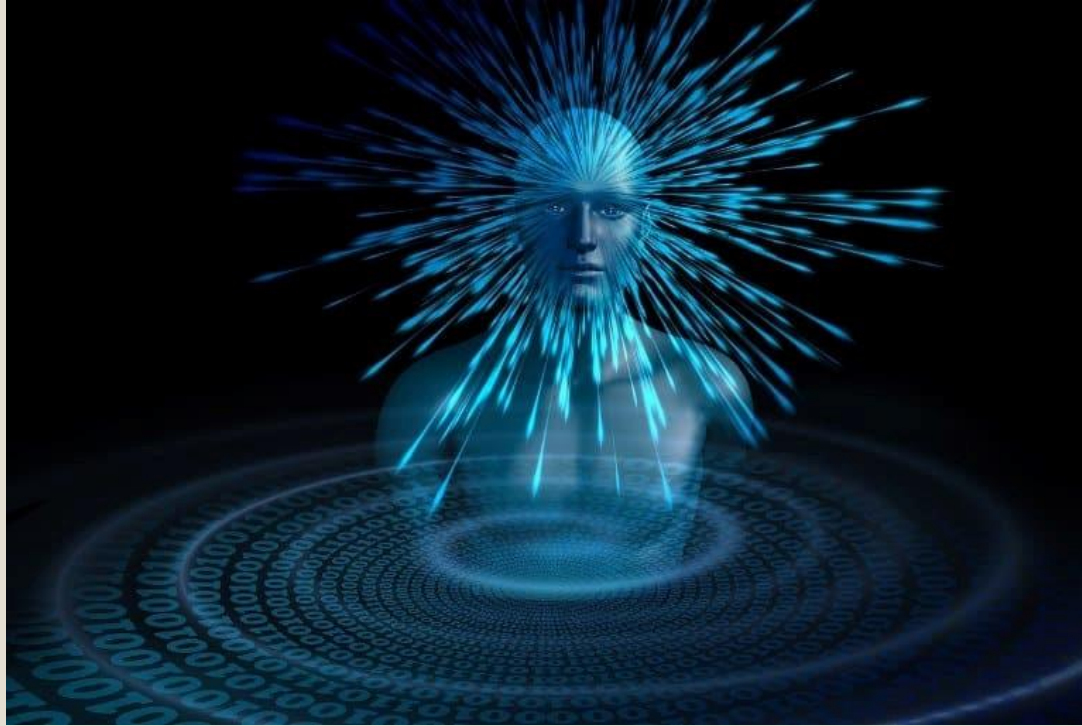




GRUP MOTİVASYON FAKTÖRLERİ

- Grup hedefleri
-
- Grup normları
-
- Grup liderliği
-
- Grup iletişimi

“Dünya üzerinde en
güçlü silah, ateşlenmiş
insan ruhudur.” *Marshall Foch*



- **Performans,**
- Yetenekler ve motivasyona bağlıdır.
- **Yetenekler,**
- Doğuştan gelir, eğitim ve imkanlarla geliştirilebilir.
- **Motivasyon;** istek ve bağlılık oluşturmaktır. Fiziksel gücü, beyin gücünü ve gönül gücünü harekete geçirmektedir.



MOTİVASYONLA NE KAZANIRSINIZ



Bir Hayat Kuralı

Hiçbir şey için “BENİMDİR” deme
Sadece de ki;
“YANIMDADIR”

Çünkü ne altın,
Ne toprak,
Ne sevgili,
Ne hayat,
Ne ölüm,
Ne huzur,
Ne de keder....
Daima seninle kalmaz.

H. LAWRENCE



İletişim ve Motivasyon



- “Ne kadar iyi iletişim kurduğumuzun saptanması ne kadar iyi konuştuğumuza değil; söylediklerimizin ne kadar iyi anlaşıldığına bağlıdır” **Andrew S. Grove**
- “Ne çok şey söylerseniz söyleyin, karşınızdakine ne kadar ulaşıyorsa o kadarıyla varsınız.” **Mevlana**

**Beynimiz
Düşüncemize
Göre Molekül
Üretir**



Sevginin Sıcak Dili

İşimi bitirmeden sizinle görüşmem”
yerine **“Elimdeki işi bitirir bitirmez
sizinle görüşeceğim”,**

◦ “Şu an toplantıya giriyorum,
belgenizi imzalayamam” yerine,
**“Toplantıdan çıkar çıkmaz
hallederim”,**

◦ “Raporunu yazmadan
çıkamazsın” yerine **“bitirir bitirmez
gidebilirsin”** demeyi tercih edin.

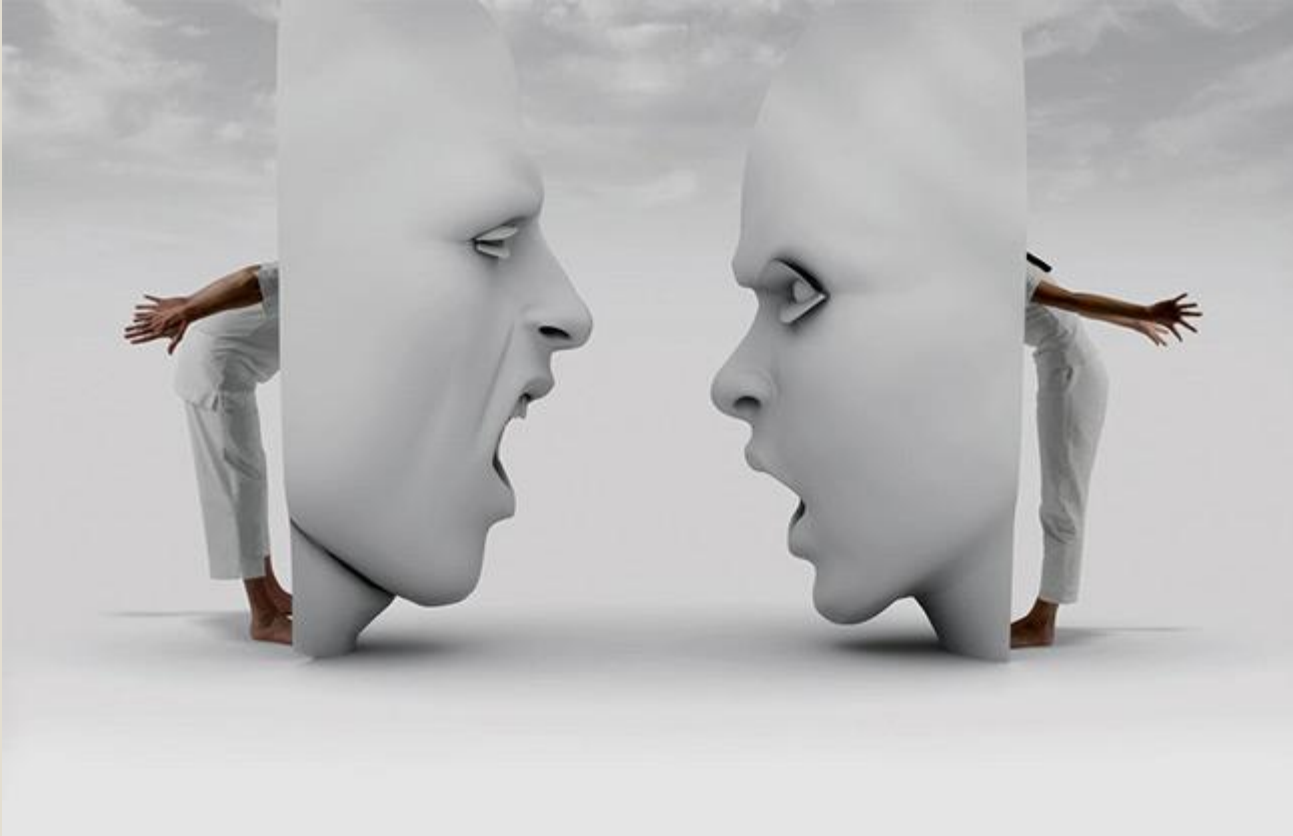


**"Bana söylersen unutabilirim,
Gösterirsen anımsayabilirim,
Ama beni de katarsan, anlarım"**

Kızılderilli Atasözü



“Karşınızdakini motive etmenin en etkili yolu onu dinlemektir”



- «Ne attan düşmedik
yiğit, ne de sürçmeyen
at vardır.»
- Önemli olan düştükten
sonra doğrulup ayağa
kalkabilmektir.



5 N 1 K Kuralı



Hayatını
Sorgula



“Sorgulanmamış bir hayat
yaşamaya değmez”

Sokrates

Kişisel Motivasyon Önerileri

- 1. Hikayenizi Yazın
- 2. Geleceği Gözünüzde Canlandırın
- 3. Geçmişi Gözünüzde Canlandırın
- 4. Büyük Düşünün
- 5. Kendinizi Eğitin
- 6. Düzenli Olun
- 7. Evinizde Ve Ofisinizde Motivatörlere Yer Verin
- 8. Gönüllü Çalışmalara Katılın
- 9. Kendi Motivasyonunuz İle Başkalarını Motive Edin
- 10. Çocuklar İle Zaman Geçirin

- 11. Badilik Sistemi Kurun
- 12. Kendinize Bir Model Bulun
- 13. Yürüyüş Yapın
- 14. Başarı Hikayelerini Okuyun
- 15. Müzik Dinleyin
- 16. Motive Edici Filmler İzleyin
- 17. Motive Edici Alıntılarını Okuyun
- 18. Sağlıklı Beslenin
- 19. Yeterince Uyuyun
- 20. Sürekli Öğrenin

- 21. Hedeflerle Çalışın
- 22. Beyin Fırtınası Yapın
- 23. Hedefinizi Kağıda Yazın
- 24. Hedefi Seçme Nedenlerinizi Yazın
- 25. Hedefinizin Spesifik Olmasını Sağlayın
- 26. Terminler Kullanın
- 27. Başlama Tarihi Kullanın
- 28. Büyük Hedefler Seçin
- 29. Ulaşılabilir Hedefler Belirleyin
- 30. Detaylı Aksiyon Planı Hazırlayın

- 31. İlerlemenizi Ölçün
- 32. Hatırlatıcılar Kullanın
- 33. Kendinizi Ödüllendirin
- 34. Arkadaşlarınızı Seçin
- 35. Diğerlerinin Ne Dediğini Dinleyin
- 36. Sizi Nelerin Huzursuz Ettiğini Öğrenin
- 37. Ara Vermesini Bilin
- 38. Harekete Geçmeden Önce İki Kere Düşünün
- 39. Sahip Olduğunuz Şeylerin Değerini Bilin
- 40. Dedikoduculardan Uzak Durun

NEET'LER PAZARA ERİŞİYOR



Bu proje Avrupa Birliği ve Türkiye Cumhuriyeti tarafından finanse edilmektedir.



TEŞEKKÜRLER...



www.neef2market.com



neef2market



neef2market



neef2market

neef2market

