

# «Мотивация через обнаружение персональных ценностей»



# МОТИВАЦИЯ

**Мотивация** это внутреннее или внешнее побуждение к действию ради достижения какого-либо результата.

**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.

**Мотивация персонала** включает в себя совокупность стимулов, которые определяют поведение конкретного индивида.



# МОТИВАЦИЯ

**Система мотивации персонала:** понятие, разработка

Это комплекс мероприятий, **направленный на внутренние ценности** и потребности подчиненных, стимулирующих не только к работе в целом, но и прежде всего к усердию, инициативности и желанию трудиться.

**Самотивация** — это способность мотивировать себя на выполнение тех дел, которые не вызывают у вас особого интереса.

Самотивация – это исключительно акт побуждения самого себя к определенным действиям, эффективное выполнение работы, внутренняя мотивация.



**Что лежит в основе основ, в результате чего человек приходит к тому, что начинает мотивировать самого себя?**



# МОТИВАЦИЯ ЧЕРЕЗ ЦЕННОСТИ



Ценность – это набор значимых внутренних ориентиров человека, в соответствии с которыми он строит свою жизнь.

«это то, что наиболее близко человеку и отзывается в самых сокровенных глубинах его души, его фундаментальные убеждения, которые формируют характер»

*У каждого человека существует набор из 3-5 главных ценностей, которыми он пользуется как инструментом для строительства своей жизни.*

# ЗАЧЕМ ОБНАРУЖИВАТЬ ЦЕННОСТИ?



Ценности - это значит иметь четкий внутренний ориентир, свои критерии и прочную основу для выбора и принятия решений.

Знать свои Ценности - это ключевое для определения своей Миссии, своего Призвания.

Знать свои Ценности - это точно знать, в чем твое счастье.

# Определение ценностей

1

Определите ситуации, в которых вы  
счастливей всего

2

Определите ситуации, в которых вы  
гордитесь собой сильнее всего

3

Определите ситуации, в которых чувствуете  
себя состоявшимся и удовлетворенным



# Определение ценностей

## 4

Определите свои ценности, исходя из вашего опыта счастья, гордости за поступки и наполненности



- Ответственность
- Достижения
- Исследование
- Альтруизм
- Храбрость
- Спокойствие
- Контроль
- Творческий подход ко всему
- Эмпатия
- Открытость
- Стремление к мастерству
- Любовь
- Справедливость
- Здоровье
- Тяжелая работа
- Семья
- Верность
- Позитивность
- Самоконтроль
- Служение людям
- Простота
- Счастье
- Спонтанность
- Взаимопонимание



# Определение ценностей

5

## Выделите ключевые ценности

Это очень важный и трудный шаг, потому что вам нужно заглянуть глубоко в себя.

*•Сравнивайте ценности между собой и выявите три главные. Впрочем, со временем вы можете понять, что что-то является для вас более важным. Прислушивайтесь к себе и делайте выводы.*

6

6

## Подтвердите список своих ценностей

- Позволяют ли вам эти ценности чувствовать себя хорошо?
- Горды ли вы собой, придерживаясь их?
- Стараетесь ли вы соответствовать этим ценностям? Не выбрали ли вы их лишь потому, что большинство их придерживается? Это необязательно плохо, однако подумайте об этом.



# Определение ценностей



**Главный признак того, что ценности выбраны правильно — это ощущение наполненности и целостности.**

**Это значит, что ваши чувства, мысли и слова соответствуют вашим действиям.**



# Определение ценностей



Опросники

Диагностика с использованием методов

Рокича, Шварцу, Франкл, Маслоу и тд.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ