

PROPUESTA PROYECTO “AUTOMOTIVACIÓN “ PARA LA UCLM + 50 – “JOSE SARAMAGO” PARA EL CURSO 2022/23

INDICE:

1.- AUTOMOTIVACIÓN Y ACTITUD POSITIVA.

.- Actitud positiva. Definición y características de las personas con una actitud positiva.

2.- INTELIGENCIA EMOCIONAL Y MOTIVACIÓN.

.- El conocimiento de las propias emociones.

.- Saber motivarse.

.- Los enemigos de la motivación.

3.- DESARROLLO DEL AUTOCONOCIMIENTO.

.- Autoconcepto.

.- Autoestima.

.- Autorrealización.

.- La capacidad de motivarse a uno mismo.

4.- CONOCIMIENTO DE MI MOTIVACIÓN.

A).- FUENTES DE MOTIVACIÓN.

.- Motivación de logro.

.- Motivación de afiliación.

.- Motivación de poder.

.- Motivación de competencia.

B) LAS 3 COMPETENCIAS MOTIVACIONALES FUNDAMENTALES.

.- Logro.

.- Compromiso.

.- Iniciativa y optimismo.

C) LOS TIPOS DE MOTIVACIÓN.

A) Motivación Intrínseca.

B) Motivación Extrínseca.

C) Motivación Positiva y Negativa.

5.- ASPECTOS MOTIVADORES. MOTIVACIÓN DE OTROS.

.- RECOMPENSAS CON LAS QUE SE SUELE MOTIVAR A LAS PERSONAS.

.- MOTIVACIÓN: EL SECRETO DEL RENDIMIENTO EN EL ÁMBITO LABORAL

.- LA TEORÍA DE MASLOW.

.- SE ATRAPAN MÁS MOSCAS CON MIEL QUE CON VINAGRE.

6.- OPTIMISMO Y PROACTIVIDAD .

.- MOTIVACIÓN LABORAL EN LA EMPRESA

¿Cómo motivar a tu plantilla?

7.- CONSTRUIR PENSAMIENTOS PROACTIVOS.

.- El poder del pensamiento proactivo.

.- El pensamiento proactivo o cómo aspirar a un futuro más positivo (y saludable)

.- Una mentalidad positiva, creativa y flexible.

.- Tolerancia a la frustración.

.- La realidad está llena de patrones.

.- La Ley de la atracción.

8.- DECÁLOGO DE AUTOMOTIVACIÓN.

.- SOLUCIONES DE URGENCIA PARA LA AUTOMOTIVACIÓN.

.- LAS 8 MANERAS DE MEJORAR LA MOTIVACIÓN LABORAL

EL PROYECTO SE REALIZARÁ MEDIANTE PRESENTACIÓN POWER POINT, CON VIDEOS, CANCIONES, TEST, CUENTOS, DINÁMICAS, FOROS DE PARTICIPACIÓN.... FACILITANDO HERRAMIENTAS PARA EL CONOCIMIENTO Y GESTIÓN DE NUESTRAS HABILIDADES PARA CONSEGUIR NUESTRAS METAS Y OBJETIVOS.