

MOTİVASYON VE MOTİVASYONU ARTTIRMA YOLLARI

- * **MOTİVASYON NEDİR?**
- * İnsan davranışlarının temelinde ihtiyaç vardır. Bu ihtiyaçlar insanı harekete geçiren itici gücü oluşturur. İşte bu itici güce "MOTİVASYON" denir.

MOTİVASYONU NE DÜŞÜRÜYOR
+Motivasyonu sağlayabilmek için öncelikle motivasyonun önündeki engellerin kaldırılması gerekir.

- +Çalışma isteksizliğin
- +Kendine güvenmemen
- +Umutsuzluğa kapılman
- +Dışsal etkilere odaklanman



KEŞKELER HAYATI DAHA KATLANILMAZ
KILMAKTAN BAŞKA İŞE YARAMAYACAK...



ZAMANI GERİYE ALAMAYIZ AMA
DAHA İYİSİ VAR.

Zaman herkese 24 saat ve ücretsiz olarak verilmiştir..
+Zamanı satın almaya hiç kimsenin gücü YETMEZ.
+Zaman varlığı konusunda herkes eşittir.
+Zamanı biriktirme gibi bir imkanımız yoktur.
+Ne kadar zamanımız olduğu değil, zamanı nasıl değerlendirdiğimiz önemlidir.

! **BAHANELERİN ARKASINA SAKLANARAK BAŞARI
KENDİ KENDİNE GELMEZ.**



Hedefin
Olması



Planlı
Çalışmak



Kendine
Güvenmek



HAKKARİ ANADOLU LİSESİ



MOTİVASYON

Rehberlik Servisi
İbrahim DERELİ

MOTİVASYON SENİ HAREKETE GEÇİREN GÜÇTÜR.

!Ancak Başarı Emek İster...emek için de kurallara ihtiyacınız olacaktır.

Peki bu kurallar ne ?
Hadi bu kurallara bir göz atalım



☀️ **BİRİNCİ KURAL: AMACINIZI,HEDEFLERİNİZİ BELİRLEMEK.**

- ♦ *Çalışma şartlarınızı ne kadar zor olursa olsun eğer güçlü bir amacınız varsa hiç bir ortam sizi hedeflerinizden alıkoymaz.*



♦ **HEDEFLERİNİZ GERÇEKÇİ OLACAK**

- Ben ne yapmak istiyorum?
- Hangi bölüm?
- Hangi üniversite?

↳ Peki bu hedefi gerçekleştirebilmek için ne yapıyorsun?

SEN YETER Kİ İSTE

☀️ **İKİNCİ KURAL: BAŞARACAĞINA İNANMAK**

- *Ancak inandığın hayalleri gerçekleştirmek için çalışsın. Sen sana inanmazsan sana kim inanır?*

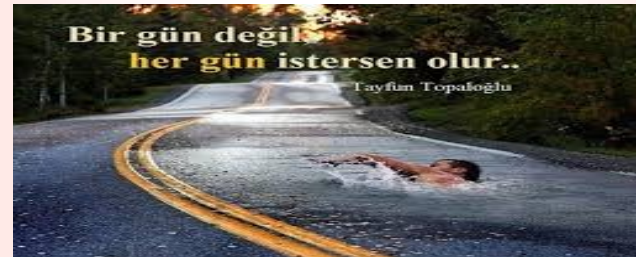


☀️ **ÜÇÜNCÜ KURAL: ODAKLANMAK VE VAZGEÇMEMEK**

Amaç doğrultusunda hareket etmen gerekiyor. Sağa sola sararak başarı elde edilemez.

☀️ **DÖRDÜNCÜ KURAL: BUGÜNÜN İŞİNİ YARINA BIRAKMA...**

Daha vakit yok, Pazartesi de başlayamazsın. Seneye girersen de sen çalışacaksın. Bir şeyleri değiştirmek istiyorsan



HAYALLER GERÇEKLEŞMEZ SEN HAREKETE GEÇMEDİKÇE

CESUR OL

!!Senin geleceğinden söz ediyoruz . Ve unutma ki hayat cesurları hep sevmiştir.

ÖZET

- * *Ertelenmekten kurtulman gerek; emeklerini çalışıyor.*
- * *Motivasyonunu arttıracak sözler-filmler bul.*
- * *Kendini engelleme.*
- * *Umutlu ol; kendine inan.*
- * *Kendini ihmal etme.*
- * *Cesur ol.*

EN ÖNEMLİSİ KENDİNE DEĞER VER. HİÇBİR ŞEY SENDEN ÖNEMLİ DEĞİL!!!

