

MOTIVACIÓN

La motivación es un estado interno que activa, dirige y mantiene la conducta de la persona hacia metas o fines determinados; es el impulso que mueve a la persona a realizar determinadas acciones y persistir en ellas para su culminación.

Bien podría definirse como el proceso que inicia, guía y mantiene las conductas orientadas a lograr un objetivo o a satisfacer una privación o necesidad.

Es esa fuerza que nos lleva a tomar acción y nos permite seguir incluso en las situaciones difíciles. De manera coloquial podemos mencionar el ir a buscar un vaso de agua cuando uno tiene sed, estudiar durante toda la noche para aprobar el examen de conducir que tanto se desea o entrenar duro para ser el mejor de un campeonato, pero sin duda hay distintos niveles de metas, objetivos y necesidades y por ello hay dimensiones diversas de la motivación, que finalmente es aquello que se activa y enciende tus capacidades para moverte al punto deseado.

¿Por qué es importante la motivación?

La Psicología se ha interesado por el estudio de la motivación, pues es un principio básico en la conducta de los seres humanos: nadie se mueve sin una motivación, sin una razón para ello. Estar motivado significa llevar a cabo las tareas diarias sin que supongan una carga pesada y nos mantiene vivos. Pero no sólo eso, la motivación tiene relación con otras variables psicológicas, como el nivel de estrés, la autoestima, la concentración, el enfoque, entre otros y, por ello tiene un efecto en la salud y el bienestar de todos nosotros.

Podemos apreciar las diversas teorías que hablan de la motivación humana, entre ellas la ya mencionada Maslow con su Pirámide de necesidades, los tres factores de McClelland o la teoría del factor dual de Herzberg. Al estudiar la motivación se han desarrollado distintos enfoques que son aplicables a distintos ámbitos: trabajo, deporte, aprendizaje, sociabilidad, pero sobre todo el desarrollo humano.

CONTENIDO

- ✓ **CONCEPTO DE MOTIVACIÓN**
- ✓ **EL SISTEMA LÍMBICO Y LA MOTIVACIÓN**
- ✓ **SISTEMA DE CREENCIAS**
- ✓ **MOTIVACIÓN INTRÍNSECA**
- ✓ **MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA**
- ✓ **MOTIVACIÓN POSITIVA Y MOTIVACIÓN NEGATIVA**
- ✓ **MOTIVACIÓN BÁSICA Y MOTIVACIÓN COTIDIANA**
- ✓ **ENCONTRANDO MI MOTIVACIÓN**

Curso de Motivación:

Duración: 8 Horas.

Inversión: \$499.00

Modalidad: En línea, Presencial, Mixto y/o Video.

Algunos de los beneficios adicionales que obtendrá al tomar este curso son:

La motivación es una herramienta importante para el éxito.

La ventaja de estar motivado no se refleja meramente en el hecho de lograr unas metas. Los beneficios de la motivación son numerosos, y pueden cambiar tu vida.

La creatividad. La gente motivada piensa con mayor claridad. Dedicar más recursos intelectuales a su proyecto actual y el resultado es una mayor creatividad.

Energía. Cuando estamos motivados necesitamos menos sueño, no porque estemos constantemente secretando adrenalina sino porque tenemos una emoción genuina y energizante.

Flexibilidad. La motivación nos hace descubrir que la flexibilidad es una habilidad que se puede desarrollar y que no depende de las circunstancias. Cuando las circunstancias cambian, estamos más abiertos a ceder para manejar la situación en lugar de permanecer rígidos.

Salud. Las personas con sentimientos positivos sobre su vida y su potencial, tienen razones para estar y mantenerse saludables. Han experimentado la diferencia que hay en materia de salud y energía cuando pasan por momentos de desmotivación, y prefieren estar motivadas.

Magnetismo. Una vida motivada es interesante y la gente motivada tiene cierto magnetismo. Las personas se sienten naturalmente atraídas por los ganadores, que generan energía.

Contagiosa. La motivación se propaga y se multiplica. A la gente que rodea a una persona motivada "se le pega" esa motivación.

Reconocimiento. Las personas motivadas sobresalen. Las respetan por sus logros, admiran su audacia y les ofrecen su ayuda, pues desean tener alguna relación con gente ganadora.

Optimismo. Un individuo motivado descubre que el optimismo abre más puertas que el negativismo. Aprende a encontrar el potencial que hay en todas las cosas.

Productividad. La gente motivada logra más cosas, es más activa y asume las tareas con entusiasmo. Se mueve rápida y deliberadamente y siempre quiere tener la actitud de sentir que puede hacer las cosas.

Estabilidad. Al estar motivados nos concentramos y no nos distraemos ni nos alejamos de nuestro destino. Estamos sintonizados con el objeto de nuestra motivación.

Dirigido a:

- Todas las personas que desean alcanzar sus objetivos a corto, mediano y largo plazo, obtener su mejor estado y potenciar sus capacidades al máximo.
- Profesionales de Recursos Humanos, Entrenadores Deportivos, Coaches, Conferencistas, Deportistas, Artistas, en fin; cualquier persona que desee convertirse en su mejor versión y contagiar a los que estén cerca.
- Ejecutivos, mandos medios y superiores, líderes de las organizaciones.
- Agentes de ventas que deseen subir de nivel y lograr un incremento en sus resultados.