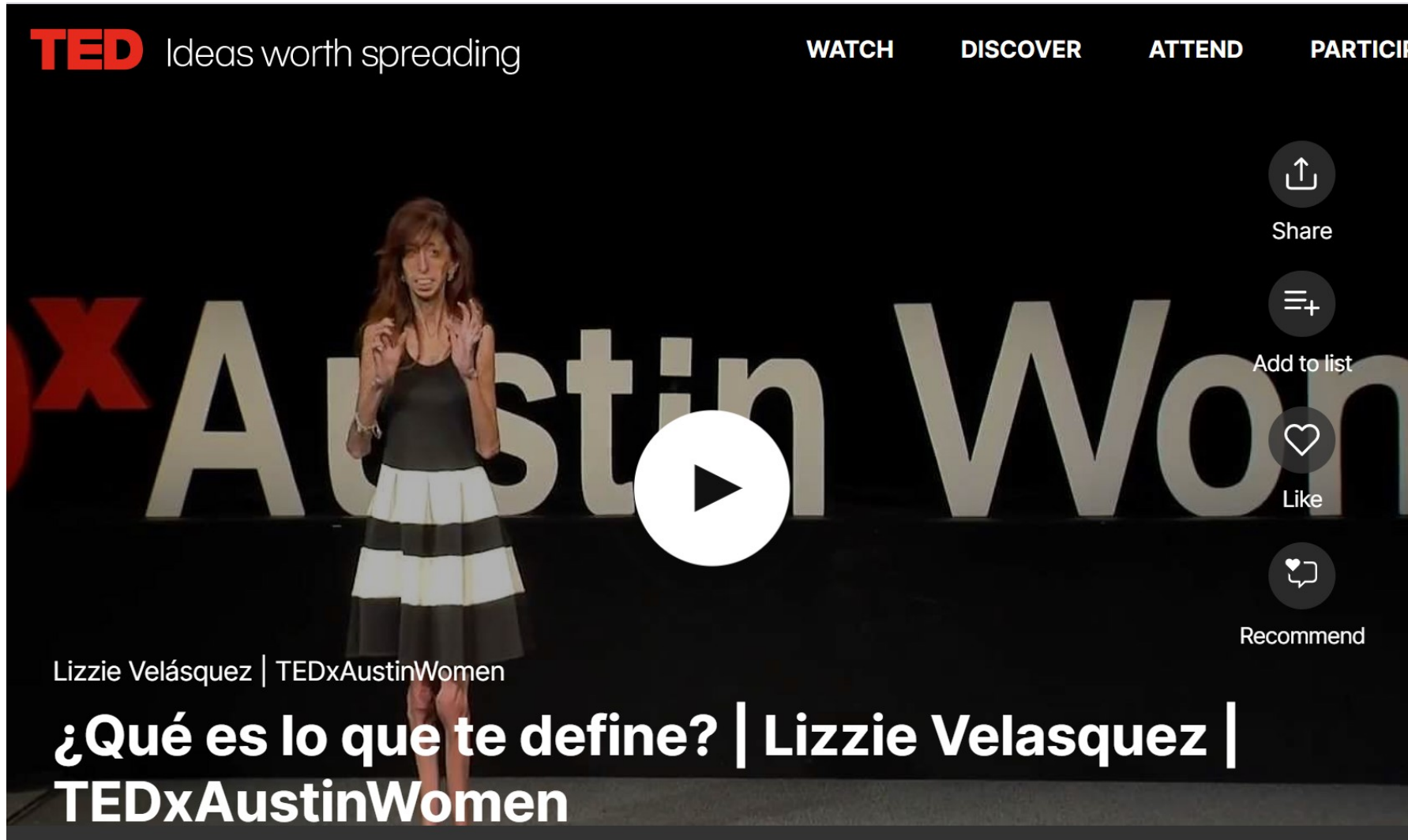


Competencias Personales

Automotivación

¿Qué vamos a ver hoy?

1. Creamos el vínculo en la clase
2. Repasamos conceptos: motivación & auto motivación
3. Componentes pro-activos: fuentes y actitudes
4. “Las margaritas de la Automotivación” fuentes internas y externas
5. Las 5 actitudes para la automotivación





Gran parte de nuestras conductas están adscritas a nuestros instintos
Charles Darwin

Parte importante de la conducta humana se basa en impulsos instintivos o motivos inconscientes
Sigmund Freud

Los impulsos humanos básicos cumplen funciones homeostáticas, y orientar las energías hacia la reducción de tensiones fisiológicas
Walter B Cannon

Fotografía: <https://www.tuvsud.com/es-es/industrias/movilidad-automocion/servicios-para-automocion/formacion-automocion/neurociencia>



Fotografía: <https://www.redem.org/como-enseñar-en-neurociencia/>

PSICOLOGIA CONDUCTISTA

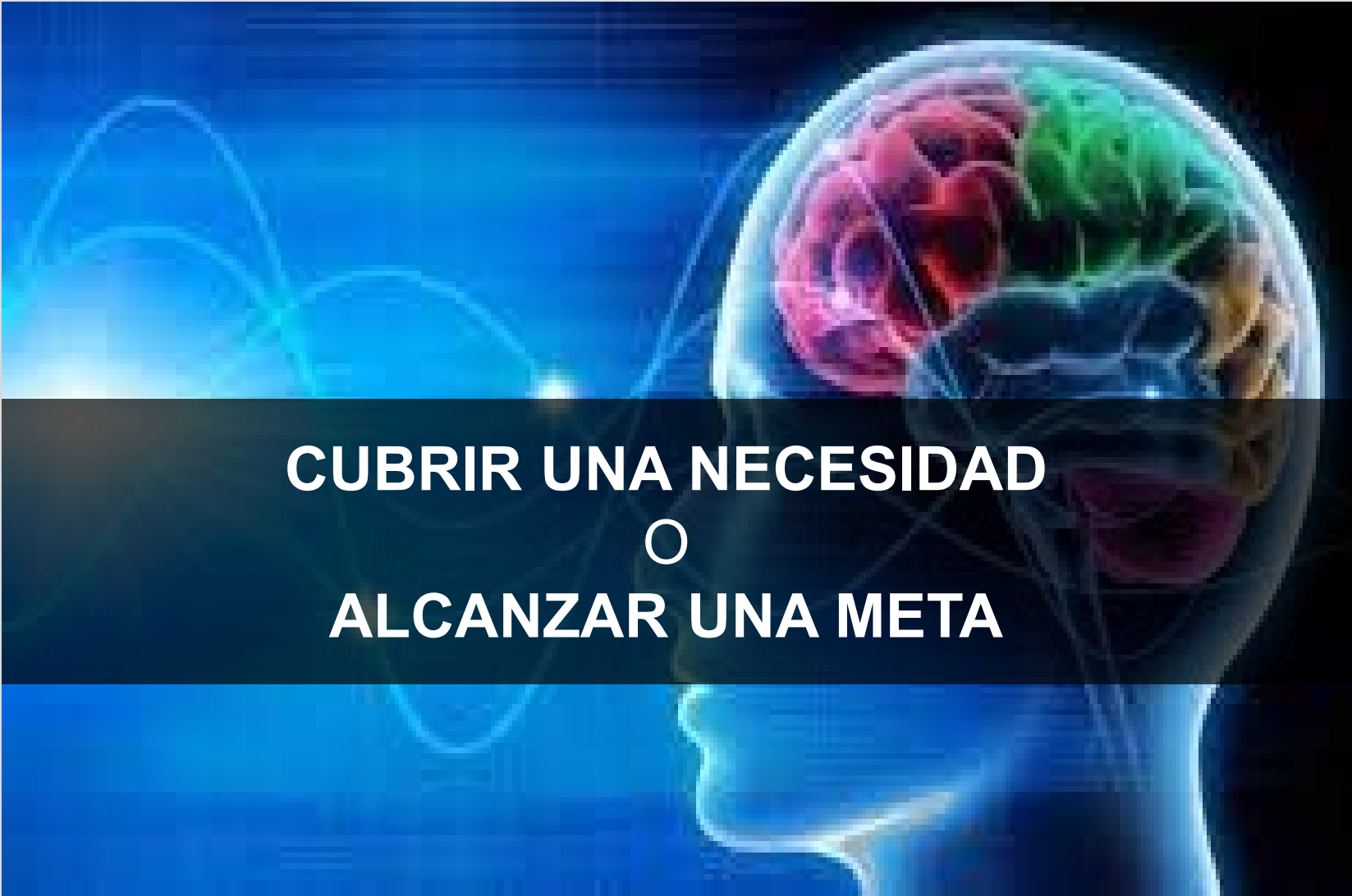
Importancia de
las **METAS**
externas

PSICOLOGIA HUMANISTA

Rol de las
necesidades
sentidas

PSICOLOGIA COGNITIVA

Los **motivos**
sensibilizan a la persona
a la información relativa
al motivo



**CUBRIR UNA NECESIDAD
○
ALCANZAR UNA META**

La palabra
motivación
deriva de “motivo”
y este del latín
motivus
(movimiento)

Auto-motivación

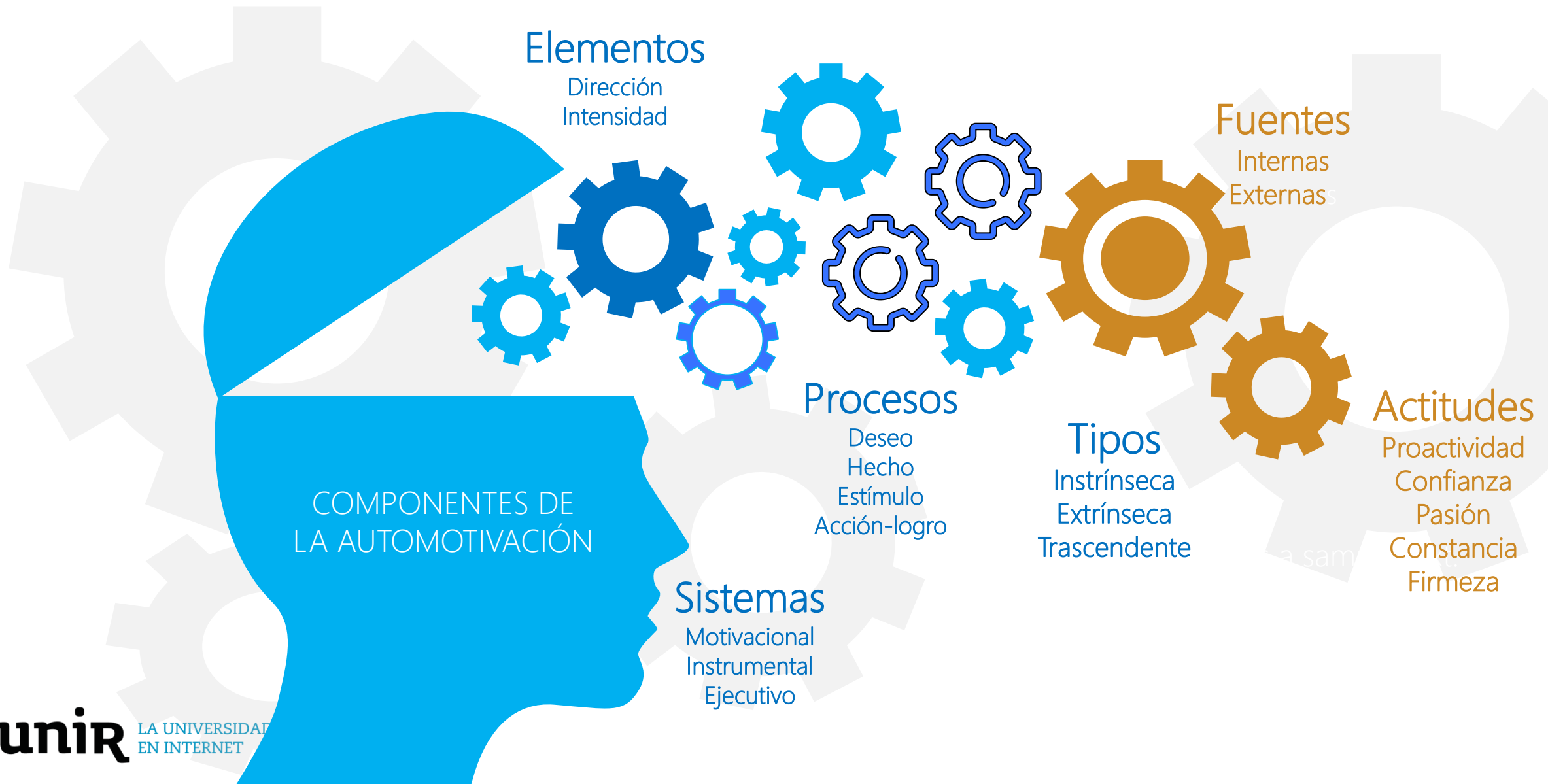
razones

impulso

interés

voluntad

Automotivación es la voluntad para hacer el esfuerzo y tener los comportamientos adecuados para alcanzar lo que necesito.



Fuentes de automotivación

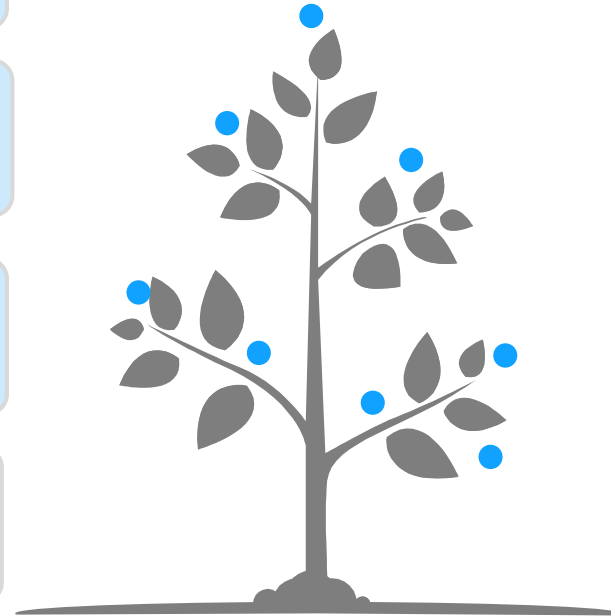
Internas

V VALORES

M METAS

FL FLOW
LOGROS

PQ PARA QUÉS



Externas

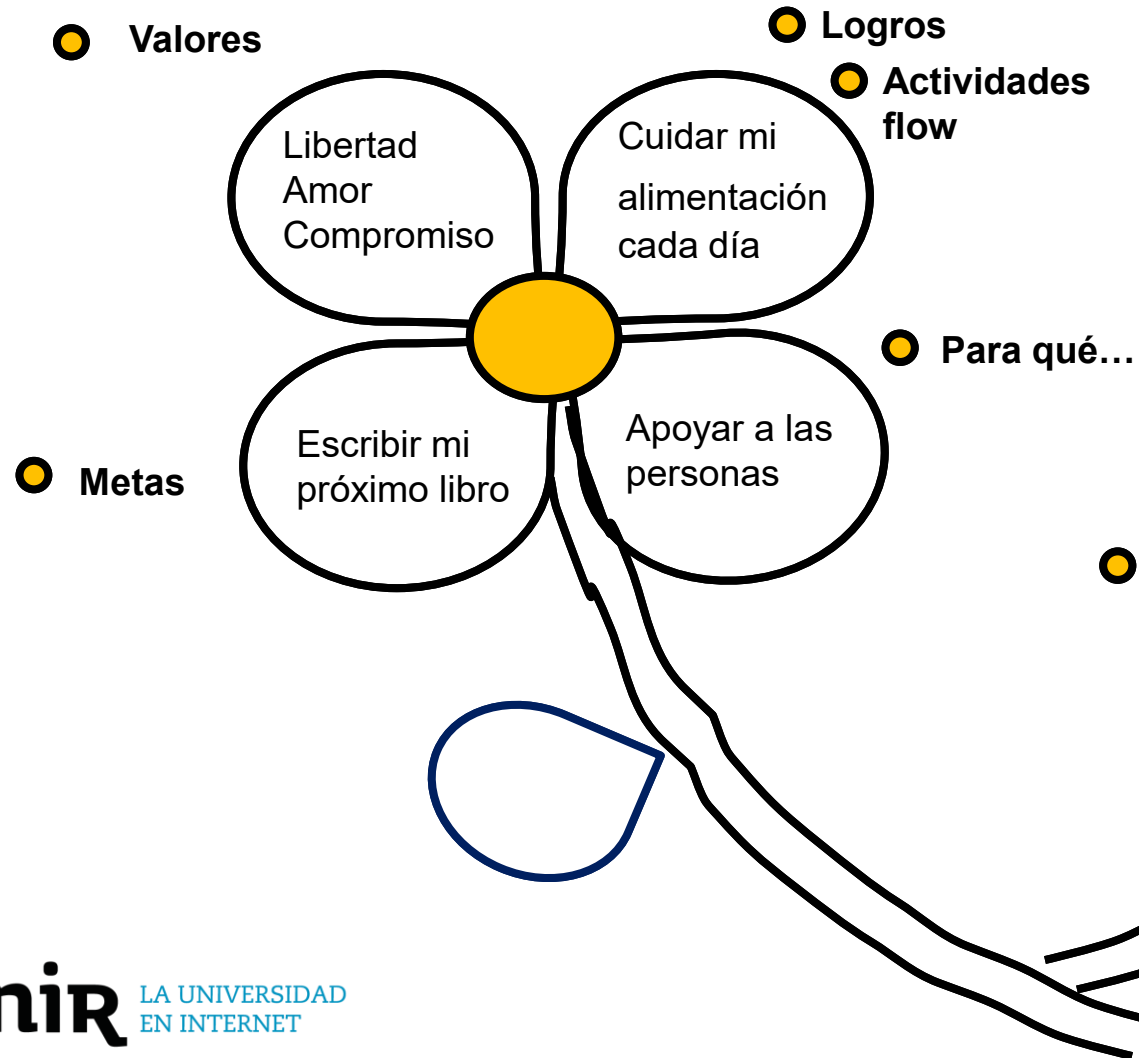
L LIDERES-REFERENTES

R RELACIONES

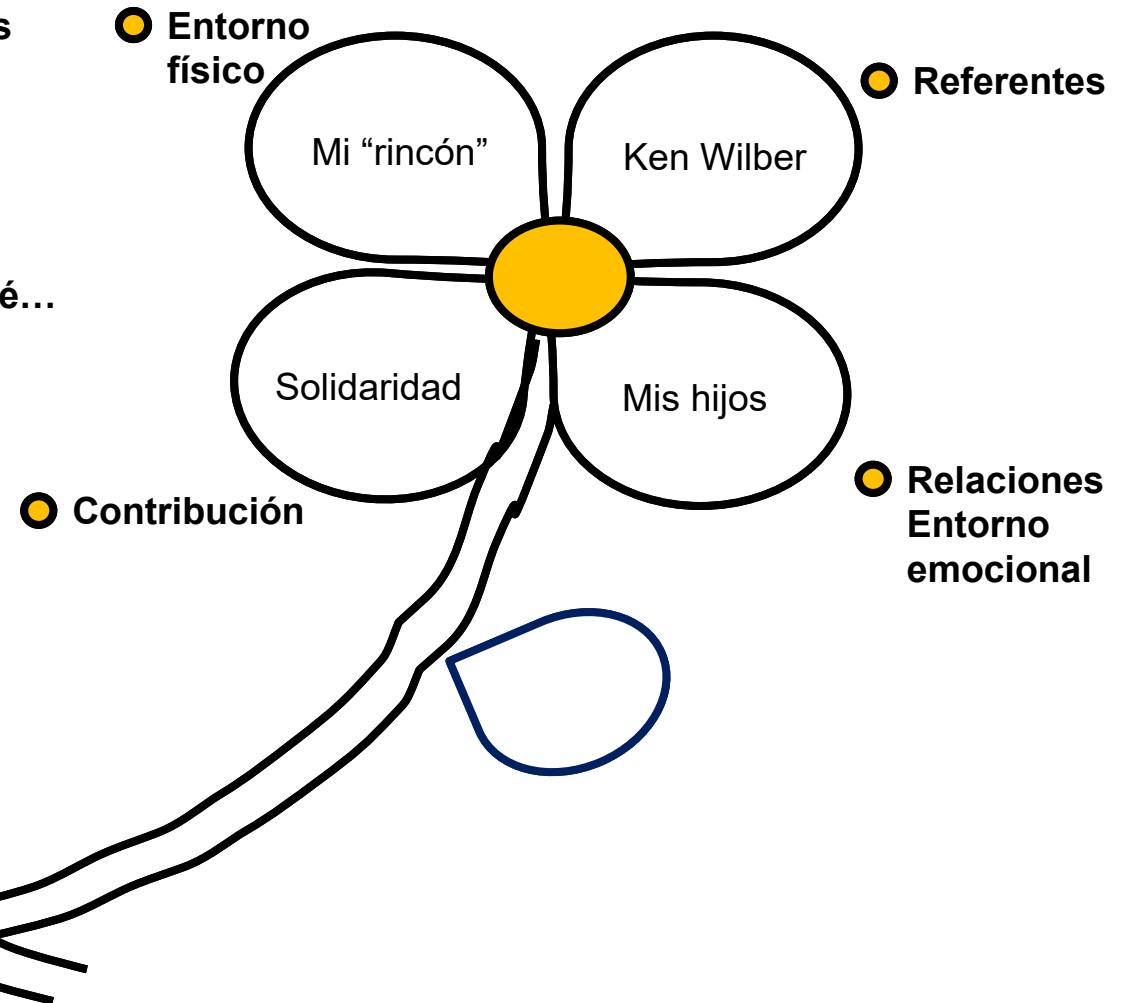
C CONTRIBUCIÓN

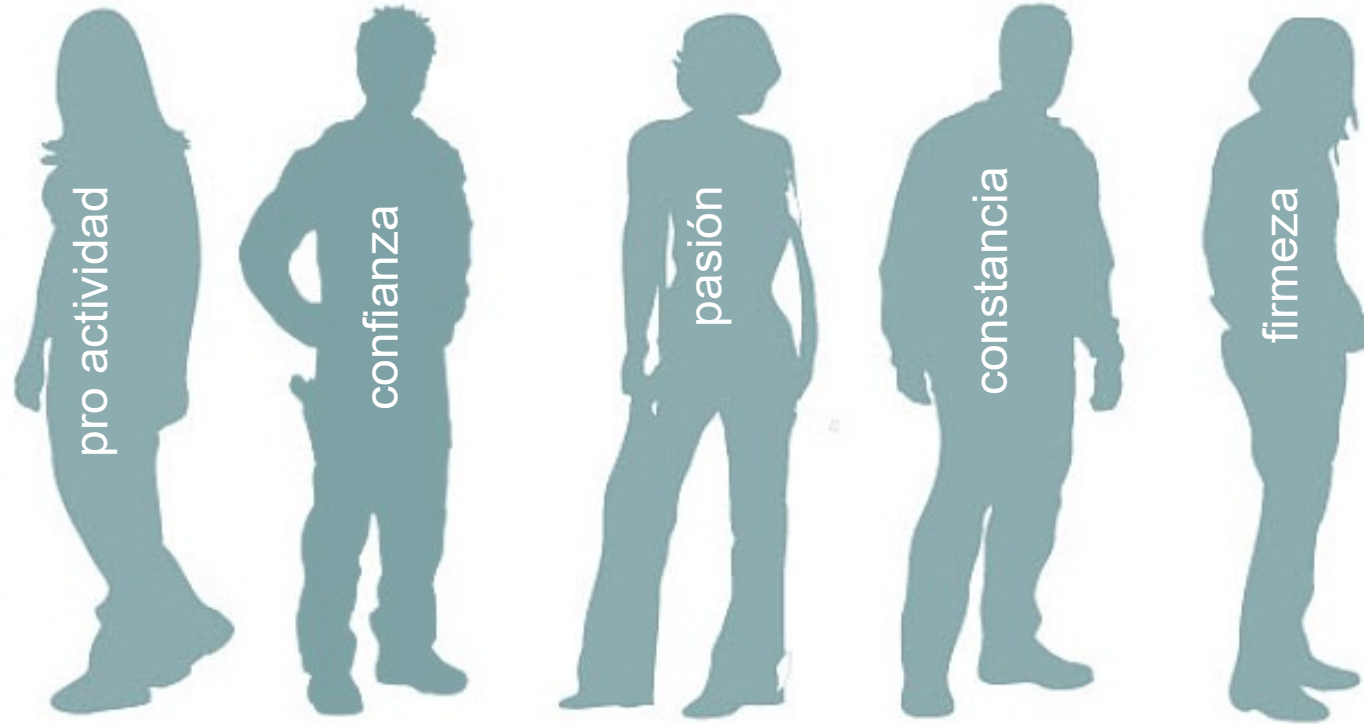
E
F ENTORNO FISICO

Fuentes internas



Fuentes externas





5

Actitudes para la automotivación

CÓDIGO: MOTIVACIÓN2

Muchas gracias por tu
atención