



KİŞİSEL MOTİVASYON EĞİTİMİ

1 Gün



Digital Vizyon
Akademi

www.digitalvizyon.net



Eğitim Hakkında

Çalışanların yüksek motivasyonla görevlerini yerine getirmeleri, kurumların başarısı için oldukça önemlidir. Bu nedenle, Kişisel Motivasyon Eğitimi, katılımcıların kendi içsel motivasyon kaynaklarını keşfetmelerini ve bu motivasyonu sürdürmek için gerekli stratejileri öğrenmelerini sağlamaktadır. Eğitimin ilk günü, katılımcılar motivasyon düzeylerini değerlendirmekte ve motivasyonlarını artırmaya yönelik eylem planları oluşturmaktadır.

Eğitim başlangıcında, katılımcılar kendilerini tanıtmakta ve programın içeriği hakkında bilgi edinmektedir. Eđitmen, katılımcıların beklentilerini ve daha önceki motivasyon deneyimlerini değerlendirmektedir. Bu sayede, eğitimin katılımcıların ihtiyaçlarına daha iyi yanıt vermesi sağlanmaktadır. Daha sonra, katılımcılar kendi motivasyon düzeylerini analiz etmektedir. Bu kapsamda, güdüleyici faktörler, performans ve mutluluk seviyelerini etkileyen unsurlar incelenmektedir. Katılımcılar, mevcut motivasyon durumlarını net bir şekilde ortaya koymakta ve güçlü ve geliştirilmesi gereken alanlarını tespit etmektedir. Eđitmen, bu değerlendirme sürecinde katılımcılara rehberlik etmektedir.

Öğleden önce, katılımcılar motivasyonlarını artırmaya yönelik stratejiler keşfetmektedir. Bu kapsamda, hedef belirleme, [olumlu düşünme](#), stres yönetimi, zaman yönetimi gibi konular ele alınmaktadır. Katılımcılar, kendi kişisel ihtiyaçlarına uygun teknikleri seçmektedir. Öğle arası sonrasında, katılımcılar bireysel eylem planları oluşturmaktadır. Bu planlar, mevcut [motivasyon düzeyleri](#)ni artırmak için atılacak somut adımları içermektedir. Eđitmen, katılımcıların planlarını gözden geçirmekte ve geribildirim sağlamaktadır. Gün sonunda, katılımcılar geliştirdikleri eylem planlarını diğer katılımcılarla paylaşmakta ve uygulamaya yönelik tartışmalar gerçekleştirmektedir. Eđitmen ve diğer katılımcılar, planlara yönelik geribildirim vermektedir. Ayrıca, katılımcılar bir sonraki güne yönelik beklentilerini dile getirmektedir.

Kişisel Motivasyon Eğitimi'nin ilk günü, katılımcıların mevcut motivasyon durumlarını analiz etmelerini, artırmaya yönelik stratejiler geliştirmelerini ve eylem planları oluşturmalarını sağlamaktadır. Bu temel bilgiler, eğitimin ilerleyen günlerindeki daha kapsamlı aktivitelere zemin hazırlamaktadır. Katılımcılar, edindikleri bilgi ve beceriler sayesinde, iş ve özel hayatlarındaki motivasyonlarını sürekli olarak geliştirme fırsatına sahip olacaktır.

Neler Öğreneceksiniz

- Kişisel motivasyon düzeylerini analiz etme
- Güdüleyici faktörlerin belirlenmesi
- Performans ve mutluluk seviyelerini etkileyen unsurların incelenmesi
- Hedef belirleme teknikleri
- Olumlu düşünme alışkanlıkları kazanma
- Stres ve zaman yönetimi yöntemleri
- Bireysel motivasyon artırma stratejilerinin geliştirilmesi
- Kişisel eylem planlarının oluşturulması



Ön Koşullar

- Katılımcıların herhangi bir sektörde çalışıyor olması
- Motivasyonlarını artırmaya istekli olmaları
- Aktif katılım göstermeye hazır olmaları

Kimler Katılmalı

- Performans sorunları yaşayan çalışanlar
- Rutin ve sıkıcı görevlerle mücadele edenler
- İş-özel hayat dengesini sağlayamayan kişiler
- Hedeflerine ulaşmada zorluk çekenler
- Yöneticiler ve liderler
- Yeni işe başlayanlar

Outline (1 Günlük Eğitim Programı)

1. Gün:

Giriş ve Tanışma

- Eğitimin Amacı ve İçeriğinin Açıklanması
- Katılımcıların Kendilerini Tanıtması
- Beklentilerin ve Motivasyon Deneyimlerinin Değerlendirilmesi

Mevcut Motivasyon Düzeyinin Analizi

- Güdüleyici Faktörlerin Belirlenmesi
- Performans ve Mutluluk Seviyelerini Etkileyen Unsurların İncelenmesi
- Güçlü ve Geliştirilmesi Gereken Motivasyon Alanlarının Tespiti
- Mevcut Motivasyon Durumunun Net Bir Şekilde Ortaya Konması

Motivasyon Artırma Stratejilerinin Keşfedilmesi

- Hedef Belirleme Tekniklerinin Öğrenilmesi
- Olumlu Düşünme Alışkanlıklarının Kazanılması
- Stres Yönetimi Yöntemlerinin Uygulanması
- Zaman Yönetimi Becerilerinin Geliştirilmesi
- Kişisel İhtiyaçlara Uygun Stratejilerin Seçilmesi

Bireysel Motivasyon Artırma Eylem Planlarının Oluşturulması

- Mevcut Motivasyon Düzeyini Yükseltmek İçin Atılacak Adımların Belirlenmesi
- Eğitmenin Geri Bildirim ve Rehberliği
- Kişisel Eylem Planlarının Oluşturulması



Eylem Planlarının Paylaşılması ve Değerlendirilmesi

- Katılımcıların Eylem Planlarını Sunması
- Öğretmen ve Diğer Katılımcıların Geribildirim Vermesi
- Bir Sonraki Güne Yönelik Beklentilerin İfade Edilmesi