

Els 10 elements motivadors i contramotivadors en l'àmbit laboral

Objectius

- **Conèixer** quines son les dinàmiques que mouen els processos de motivació
- **Practicar estratègies** que permeten reconèixer com activar les dinàmiques de motivació
- **Obtenir recursos d'autoconeixement** per conèixer les pròpies dinàmiques de motivació i com activar-les



Programa

1. Presentació dels elements motivadors i contramotivadors:

- Afiliació
- Cooperació
- Hedonisme
- Seguretat
- Contribució
- Autonomia
- Poder
- Assoliment
- Exploració
- Conservació

2. Com es relacionen els elements motivadors i contramotivadors. Dinàmiques internes.

3. Autoconeixement. Anàlisi de les pròpies dinàmiques motivadores

4. Com activar les pròpies dinàmiques motivadores

5. Pla personal de treball



Durada: **10 hores**