OLÁ!
SEJAM
BEM-VINDOS
NOVAMENTE!

CONEXÃO SANGUE JOVEM

WEBINÁRIO

AUTOMOTIVAÇÃO!

ABHH
Associação Brasileira de Hematologia, Hemoterapia e Terapia Celular

GSC
Desenvolvimento
Treinamento
e Capacitação

Gilberto Santos
Tel.: (55) (11) 5565-5140 / 99968-4153
gilberto@gscconsult.com.br
www.gscconsult.com.br
Instagram: gscconsult
LinkedIn / Gilberto (giba) dos Santos
Facebook: GSC Desenvolvimento, Treinamento e Capacitação/

Capacitar pessoas e gerar resultados é o nosso foco!

OBJETIVOS E PROPÓSITOS

- RAZÃO E EMOÇÃO ALTAS!
- ALTOS MOTIVOS PARA AÇÃO!
- AUTOMOTIVAÇÃO!

Por que falar de MotivAção?

Motivação é um **impulso** que faz com que as pessoas **ajam para atingir seus objetivos**.

Envolve fenômenos **biológicos, emocionais** e **sociais** e é um processo responsável por iniciar, direcionar e manter comportamentos relacionados com o cumprimento de objetivos.

Pode acontecer através de uma força interior, chamada de **automotivação**, ou **motivação intrínseca**.

Também existe a **motivação extrínseca**, que é aquela gerada pelo ambiente que a pessoa vive. O que ocorre na vida dela influencia em sua motivação.

Por que falar de MotivAção?

Maslow – **Pirâmide Hierarquia de Necessidades**
McClelland – **Poder, Afiliação e Realização**

Abraham Maslow
(1908-1970)

ABHH
Associação Brasileira de Hematologia, Hemoterapia e Terapia Celular

Necessidades Fisiológicas

- Básicas

Alimentação, moradia, conforto físico, lazer, descanso.

Podem se tornar insatisfeitas quando:

- Salário não atende às necessidades básicas da pessoa e da família.
- Condições ambientais desfavoráveis.
- Estresse.

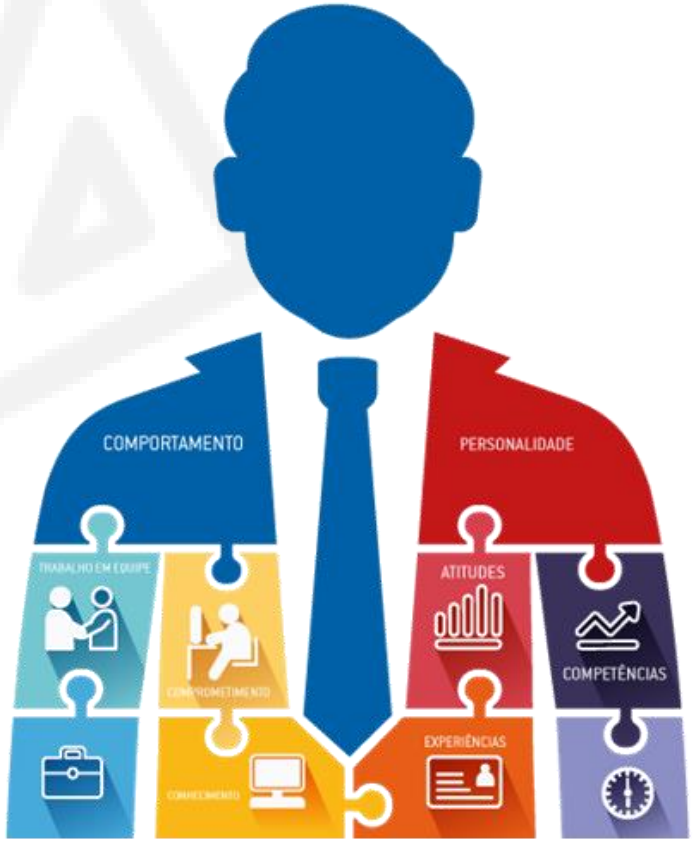
Necessidades de Segurança

- Garantias para que as necessidades fisiológicas (básicas) sejam atendidas.

Amparo legal, orientação precisa, segurança no trabalho e estabilidade no emprego.

Podem se tornar insatisfeitas quando:

- Acontecem mudanças organizacionais.
- Falta de objetivos claros.
- Falta de confiança na Liderança.
- Existem boatos.



Necessidades de Associação

- Pertencer a grupos e fazer as coisas em boa companhia.

Bom clima, respeito, aceitação, integração com colegas, superiores e clientes.

Podem se tornar insatisfeitas quando:

- A integração entre áreas não existe.
- Não se pode conviver em grupo em função do trabalho.
- Briga entre superiores.
- A natureza das normas e procedimentos prejudique o relacionamento.

Necessidades de Estima

- Ser gostado, ser respeitado, responsabilidade por resultados.

Estima: Reconhecimento, valorização

Autoestima: Orgulho, amor próprio, vaidade, status, poder, prestígio.

Podem se tornar insatisfeitas quando:

- Não há reconhecimento pelas realizações.
- Lhe são atribuídas tarefas pouco desafiantes.

Necessidades de Realização Pessoal - Autorrealização –

- Colocar a competência à prova.

Desafios mais complexos, trabalho criativo, autonomia, participação nas decisões.

Podem se tornar insatisfeitas quando:

- O potencial do indivíduo não esteja sendo aproveitado.
- Não seja permitido correr riscos calculados.
- O trabalho deixe de constituir um desafio.

As necessidades da autorrealização conseguem ser sanadas?

A) – SIM ( ) B) – NÃO ( )

Votação no CHAT

Segundo Maslow...

Sempre que uma necessidade de autorrealização é saciada, surgem novas ânsias e objetivos.

A automotivação é a única e verdadeira forma de motivação.

Qualquer outra forma de se motivar através de uma fonte externa é artificial, efêmera e condicional.

A capacidade de se automotivar é uma das mais invejadas e almejadas habilidades humanas.

E o motivo é fácil de se entender:

Uma pessoa que consegue encontrar a motivação dentro de si mesma pode voar muito alto.

Ter AUTOMOTIVAÇÃO é se manter programado para buscar de maneira continuada aquilo que você acredita, deseja e faz parte de seu ideal.

É amanhecer tendo a certeza de que irá fazer algo novo, fazer o comum se tornar diferente.

O auto motivado encara seus desafios como oportunidades de aprendizado e auto desenvolvimento!

CONQUISTANDO O QUE DESEJA

- **Para você conquistar o que deseja, é importante fazer uma análise profunda em o que te motiva, o que realmente te faz feliz:**

- Quais são os seus talentos?

- Quais tarefas ou funções lhe chamam a atenção pelos seus sentidos por completo? Que lhe enchem os olhos, os ouvidos e despertam emoções e sentimentos de felicidade? E que são Capazes de fazer você repetí-las sem se cansar, prazerosamente e com excelência?

- Qual realmente é o seu sonho?

- Qual sua Missão de Vida?

ABHH
Associação Brasileira de Hematologia, Hemoterapia e Terapia Celular

LOCUS DE CONTROLE

Atributo que indica o senso de controle que uma pessoa tem sobre a sua vida!

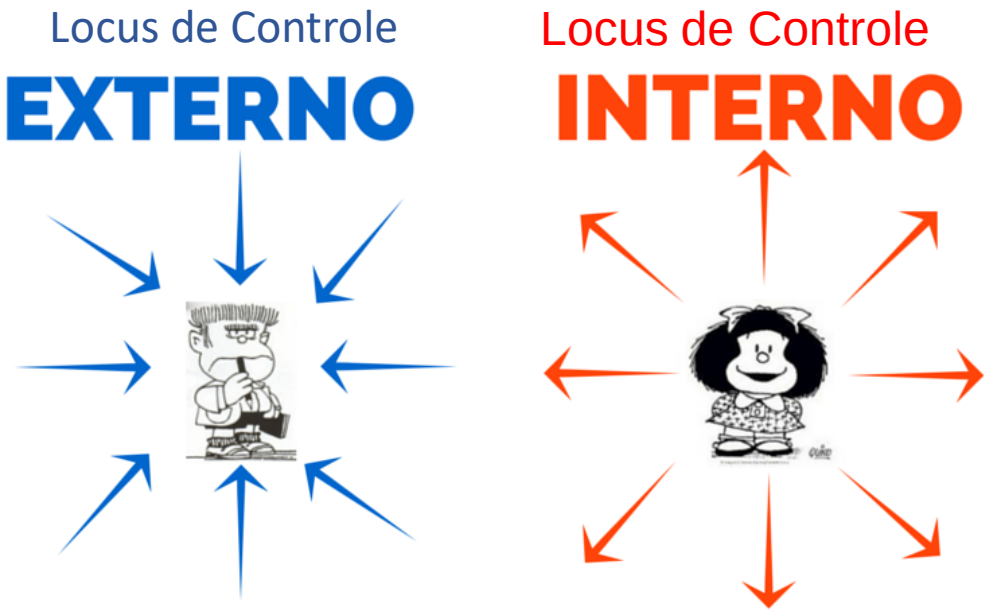
LOCUS DE CONTROLE

Locus de controle externo

Se você acredita que não tem controle sobre o que acontece e que as variáveis externas são as culpadas.
(Papel de vítima)

Locus de controle interno

Se você acredita que tem controle sobre o que acontece e se responsabiliza pelos resultados e pelas consequências.
(Papel de protagonista)



Julian B. Rotter em 1966 em seu artigo "Psychological Monographs".
lócus significa lugar em latim.

LOCUS DE CONTROLE INTERNO

- Responsabilizam-se pelos fatos
- Buscam meios para adquirir, corrigir e/ou aperfeiçoar as condições que podem levá-los a obter satisfação com o que fazem
- Tendem a ser menos influenciados pela opinião de outras pessoas
- Controlam a própria vida
- Geralmente têm um forte senso de auto-eficácia
- Tendem a trabalhar duro para alcançar as coisas que eles querem (São esforçadas)
- Relatam serem mais felizes e mais independentes
- Muitas vezes, obtém maior sucesso no local de trabalho

ABHH
Associação Brasileira de Hematologia, Hemoterapia e Terapia Celular

LOCUS DE CONTROLE EXTERNO

- Procuram culpados
- Muitas vezes, dão crédito a sorte ou oportunidade por todos os sucessos
- Apostam em circunstâncias
- Não acreditam que podem mudar a sua situação através de seus próprios esforços (Esperam influencia de terceiros)
- São poucos confiantes e desconhecedores de suas potencialidades
- São mais propensos à acomodação

Você se percebe mais em qual Locus de Controle?

A) – INTERNO ( ) **B) – EXTERNO ( )**

Votação no CHAT

Lembrando...

INTERNO – **PROTAGONISMO**

EXTERNO - **VÍTIMA**

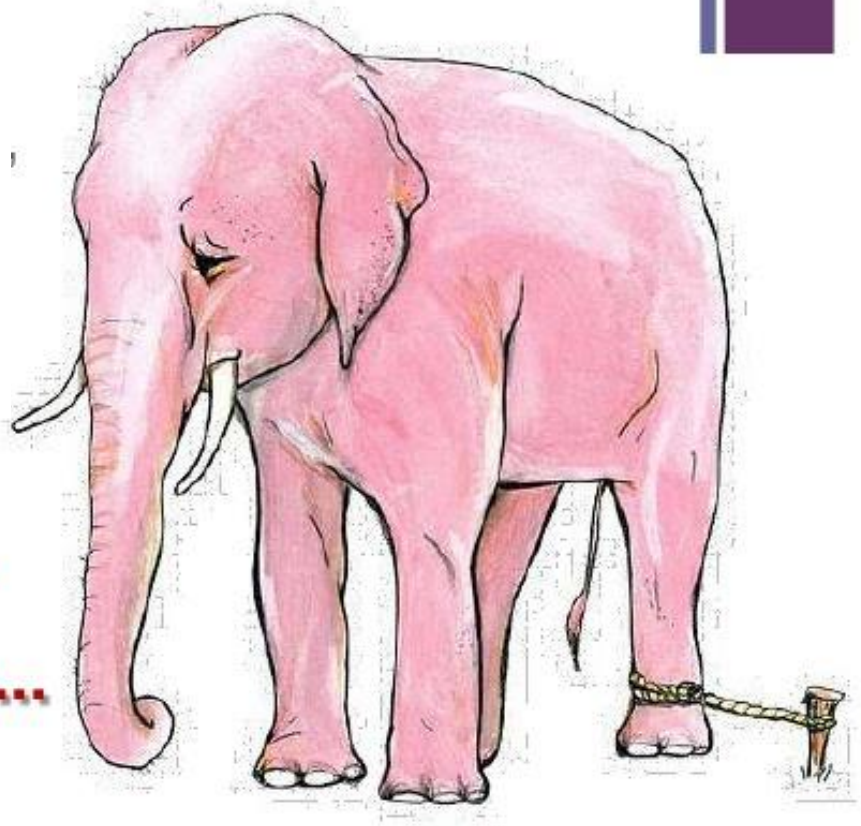
ABHH
Associação Brasileira de Hematologia, Hemoterapia e Terapia Celular

CRENÇAS LIMITANTES

São pensamentos e formas de Expressão que nos impedem de realizar determinada AÇÃO.

- ✓ **Eu não posso...**
- ✓ **Eu não consigo...**
- ✓ **Eu não sei...**

www.psicostore.com.br



ABHH Associação Brasileira de Hematologia, Hemoterapia e Terapia Celular

PLANO DE AÇÃO - RETORNO

Derrubar barreiras mentais e Crenças Negativas
Trocar os pensamentos negativos por positivos!

Anexo 02

Autocrítica Construtiva:

Quais são meus **pontos fortes** em nível pessoal?

Quais são meus **pontos fortes** em nível profissional?

Quais são minhas **oportunidades de melhoria** em nível pessoal?

Quais são minhas **oportunidades de melhoria** em nível profissional?

O QUE deve melhorar	COMO	QUANDO
•	•	De ___/____/____ A ___/____/____
•	•	
•	•	

POR QUE?	É um real compromisso?
•	
•	
•	

GSC Desenvolvimento Treinamento e Capacitação

AUTOMOTIVAÇÃO

PROFISSIONALISMO

PROATIVIDADE

PARTICIPAÇÃO

???

PROFISSIONALISMO

- **Ética e Disciplina -** (Missão, Visão e Valores)
- **Postura e Atitudes Positivas -** (Acreditar)
- **Busca constante de Autoconhecimento e Autodesenvolvimento**
- **Buscar Excelência -** Altos padrões de desempenho e resultados
- **Sintonia entre "Pensamento, Sentimento e Ação"-** Coerência, Congruência – A pior coisa que tem é um profissional ter um discurso e ações divergentes do que fala.

PROATIVIDADE

- **Tenha iniciativa**
- **Antecipe-se, busque informações**
- **Atualize-se** – (acontecimentos e tendências)
- **Desenvolva sua Criatividade**
- **Atitude** – Identifique e aproveite as oportunidades de melhorias

PARTICIPAÇÃO

- **Envolvimento e Comprometimento**
- **Firmeza, Convicção e Flexibilidade**
- **Senso de Equipe, cooperação e responsabilidades compartilhadas**
- **Equilíbrio Emocional** – Tratamento adequado para todos, levando-se em consideração todas as idéias, ações e sentimentos - (Perfis Comportamentais)
- **Busca de Sintonia e Sinergia** – Comunicação eficaz traz um resultado gerado pelo Grupo bem maior do que a soma das pessoas envolvidas

PACIÊNCIA

NÃO SOMOS SERES HUMANOS PASSANDO POR UMA EXPERIÊNCIA ESPIRITUAL...

SOMOS SERES ESPIRITUAIS PASSANDO POR UMA EXPERIÊNCIA HUMANA...

BIBLIOGRAFIA

- ***Maslow***, *Idalberto - Planejamento e Controle da Produção, Editora Manole.*
- ***Blanchard***, *Kenneth - Liderança de Alto Nível, Editora Bookman.*
- ***Jung***, *Carl Gustav - Usando os Tipos Psicológicos, Editora Vozes.*
- ***Covey***, *Stephen R. - Os Sete Hábitos das Pessoas Altamente Eficazes, Editora Franklin Covey.*
- ***Schultz***, Duane P; Schultz, Sydney Ellen. *História da Psicologia Moderna. 10ª ed. Cengage Learning,*
- *Artigos:*

1. Dela Coleta MF. Escala multidimensional de lócus de controle de Levenson. Arq Bras Psicol 1987. - Wikipedia
2. ↕ ***Zanetti***, Maria Lúcia; ***Mendes***, Isabel Amélia Costa.(1993) Tendência do lócus de controle de pessoas diabéticas. Rev. Esc. Enferm. USP; ago. 1993. - Wikipedia