



TALLER MOTIVACIONAL

“Hay una fuerza motriz más poderosa que el vapor, la electricidad y la energía atómica: la voluntad”.

Albert Einstein



¿Qué es la motivación?

La palabra motivación es resultado de la combinación de los vocablos latinos motus (traducido como “movido”) y motio (que significa “movimiento”). La acepción del vocablo hace referencia a aquellos factores que impulsan a una persona a llevar a cabo ciertas acciones y a mantener firme su comportamiento hasta conseguir determinados objetivos.

La motivación es la clave para entender por qué los seres humanos nos comportamos tenazmente aun cuando no tengamos resultados a corto plazo. También es la condición necesaria para mejorar. La motivación es, en síntesis, lo que hace una persona actúe y se comporte de una determinada manera.



~~I'm tired~~
~~It's too cold~~
~~It's too hot~~
~~It's raining~~
~~It's too late~~
Let's go

¿Cómo motivarnos?

La mayoría de autores suelen distinguir entre dos tipos principales de motivación: la intrínseca y la extrínseca. La conducta intrínsecamente motivada tiene como objetivo el interés personal en realizarla. La motivación extrínseca otorga un papel preponderante a aquellos motivadores de la conducta que provienen del exterior de la persona.

¿Qué es lo que nos motiva?

Conocer cuáles son los motivos que nos guían nos servirá para conocer realmente qué es lo que nos lleva a tomar ciertas decisiones o por qué nos decantamos por una elección y no por otra.

A veces actuamos de manera equivocada o nos arrepentimos de nuestras acciones por no reflexionar sobre cuáles son las verdaderas motivaciones que impulsan nuestras decisiones. Conocer nuestras motivaciones es el camino hacia el autoconocimiento y hacia la mejora de uno/a mismo/a.

Elegir vivir motivados/as es elegir una existencia más satisfactoria. La motivación nos impulsa y nos mantiene luchando por nuestros deseos a pesar de todo el esfuerzo que suponga hacerlos realidad. En la motivación está la clave de por qué hay personas que logran lo que se proponen mientras que otras se resignan a vivir la vida que tienen, a pesar de que no se sienten satisfechas con ella.



¿Qué papel juega la motivación en el ámbito laboral?

La motivación laboral es la capacidad que tienen las empresas y organizaciones para mantener el estímulo positivo de sus empleados/as en relación a todas las actividades que realizan.

El Instituto para la Calidad de Vida Diaria creado por Sodexo, en alianza con el *Institute For Service Innovation & Strategy*, realizó un estudio sobre las técnicas de motivación laboral, que ha sido publicado en un libro llamado "Valorar a las personas para crear valor". En este estudio se identifican tres factores para el desarrollo de la motivación laboral:

- La creación de condiciones de trabajo consideradas por el/a empleado/a como "amigables" y estableciendo un equilibrio entre la vida familiar y la vida laboral. En el estudio a este factor se le llamó "vivir".
- Ofrecerle al empleado/a la posibilidad y la oportunidad de crecimiento dentro de la organización, desarrollando un ambiente de cooperación y recompensa entre ellos. A este factor se le llamó "crecer".
- Lograr que los valores y visión de la empresa sean compartidos por sus empleados/as, creando un sentido de pertenencia y un vínculo entre ellos. A este factor se le denominó "relacionarse".



¿Qué encontrarás en este taller?

En este taller tiene lugar una fusión entre el análisis y la aplicación práctica de los factores que hoy en día suponen una fuente de motivación y automotivación en el trabajo liderado por nuestros consultores y la experiencia personal y vital de Javier Hernández (Zaragoza, 1979), nadador paralímpico sin brazos, periodista deportivo y presidente de la asociación “De los pies a la cabeza”.

¿A quién va dirigido este taller?

A todas aquellas personas que:

- Tienen responsabilidad sobre equipos de trabajo y a quienes no.
- Quieren buscar sin descanso nuevos alicientes y razones para superarse y a quienes no.
- Se centran en lo que tienen y no en lo que les falta y a quienes no.
- Se enfocan en la búsqueda de soluciones y a quienes no.
- Se atreven y aceptan nadar a contracorriente ante las a quienes no.

... porque todos necesitamos encontrar nuestras propias fuentes de motivación.



¿Cuánto dura el taller?

El taller pretende ser una experiencia intensiva, un “chute motivacional” que se desarrolla en una jornada de 8 horas, una de las cuales servirá para que **Javier Hernández** comparta su experiencia de superación con los participantes.

¿Cómo se organiza el taller?

El taller se organiza “in Company” en las instalaciones de nuestros clientes (no en formato abierto) bien con líderes de equipos o colaboradores tanto de equipos naturales como multidepartamentales.



CONTACTO

91 637 55 60

efipsa@efipsa.com

www.efipsa.com

