

# MOTİVASYON



## Motivasyonun Kelime Anlamı

Bu kavram İngilizce ve Fransızca “motive” kelimesinden türetilmiştir. Temelde kişinin davranışlarıyla ilgili bir kavram olan motivasyon, Latince Movere, kelimesinden gelmektedir. Teşvik etmek, etki altına almak, harekete geçirmek vs. gibi anlamlara sahiptir.



Motivasyon, canlanma, davranışlarda kararlılık ve davranışların yönetilmesi olarak tanımlanabilir.



Motivasyon, belirli bir eylemi yerine getirmek için bir insanın bazı içsel ve dışsal faktörlerden aldığı güçle coşku ve kararlılık göstermesini ifade eder.



İnsanların yeme, içme, başarı, para gibi bazı belirgin ihtiyaçları vardır ve bu ihtiyaçlarını karşılamak için bir çaba ve çalışma gerektiğini bilirler. İhtiyaçlarını giderecek ödüller ve kazanımlar peşinde koşarlar.



▪

Ödüller içsel veya dışsal olarak gerçekleşebilir. İçsel ödül, bir eylemi başarma sürecinde elde edilen tatmin duygusudur, kişinin işle ilgili düşünce ve davranışlarını doğrudan etkiler. Dışsal ödüller ise başka bir kişi ve genellikle yöneticiler tarafından verilen parasal yada parasal olmayan ödüllerdir.



## Kovach'ın Araştırmasına Göre Motivasyonu Etkileyen Faktörler

Çalışanların Sıralaması	MOTİVASYON FAKTÖRLERİ	Yöneticilerin Sıralaması
1	İlgi Çekici Bir İş	5
2	Yapılan İşin Takdir Edilmesi	8
3	Kararlara Katılma	10
4	İş Güvencesi	2
5	İyi Bir Ücret	1
6	Terfi ve Yükselme İmkanları	3
7	İyi Çalışma Koşulları	4
8	Yönetici-Personel İlişkileri	6
9	Olumlu Disiplin	7
10	Kişisel Sorunlara Yaklaşım	9

**Kaynak:** K.A. Kovach (1995), "Employee Motivation: Addressing A Crucial Factor In Your Organization's Performance", *Employee Relations Today*, (22) 2, pp.93-105.

**Not : 1000 Çalışan ve yöneticisine yapılmıştır.**

# Bireysel Motivasyon

**Başlamak için mükemmel  
olmak zorunda değilsin;  
fakat mükemmel olmak için  
başlamak zorundasın.**

Zig Ziglar





Kişisel motivasyon, kişinin kendisini tanımasıyla iç dünyasında başlayan kendini harekete geçirme gücüdür.

İnsanın kendi kendini motive etmesidir.

Her insanın motivasyonu kendine özgü bir süreci ifade ettiği için kişiseldir.

Yani her birey, kendisini başkalarından daha iyi tanıyacağı için, kendi motivasyonunu en iyi ve etkin şekilde yönetebilecek yegane kişidir.

Bunun için...

# BAKIŞ AÇIMIZI DEĞİŞTİRMEK



*yaprak teci*

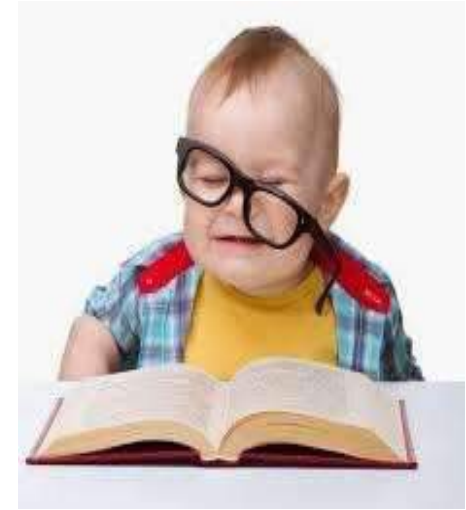
# DOĐRU SORULAR SORMAK

Yale Üniversitesi Tıp Fakóltesi  
Michael Pantolon'un Araştırması ;

İnsanlarda davranış değişikliğini  
baskı veya zorlayarak deėil motive  
ederek saėlayan en etkili yöntem  
“**soru sormak**”tır.

Mantıklı sorular inatçıları motive  
etmez.

Mantıksız sorular daha iyi motive  
eder.



# Bir Őey yap, güzel olsun...



**"Bir Őey yap, güzel olsun. Çok mu zor? O vakit güzel bir Őey söyle. Dilin mi dönmüyor? Güzel bir Őey gr veya güzel bir Őey yaz. Beceremez misin? Öyleyse güzel bir Őeye baŐla. Ama hep güzel Őeyler olsun. Çünkü her insan ölecek yaŐta."**

**Őems-i Tebrizi**

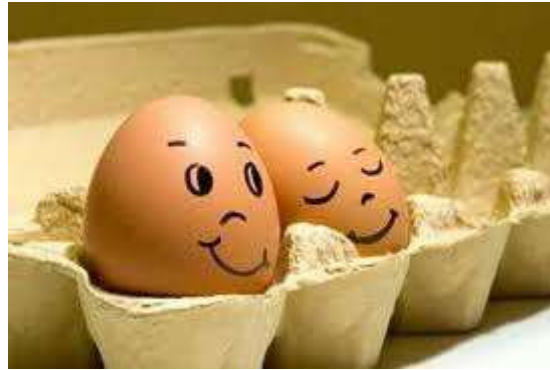
# KAYNAKLARINIZI GÖZDEN GEÇİRİN

Kaynaklar, isteme arzumuz kadar yakındır.



Yağmurda yürümek,  
Çiçekleri seyretmek,  
Müzik dinlemek,  
Spor yapmak.

**Sizi nelerin mutlu ettiđini belirleyin**



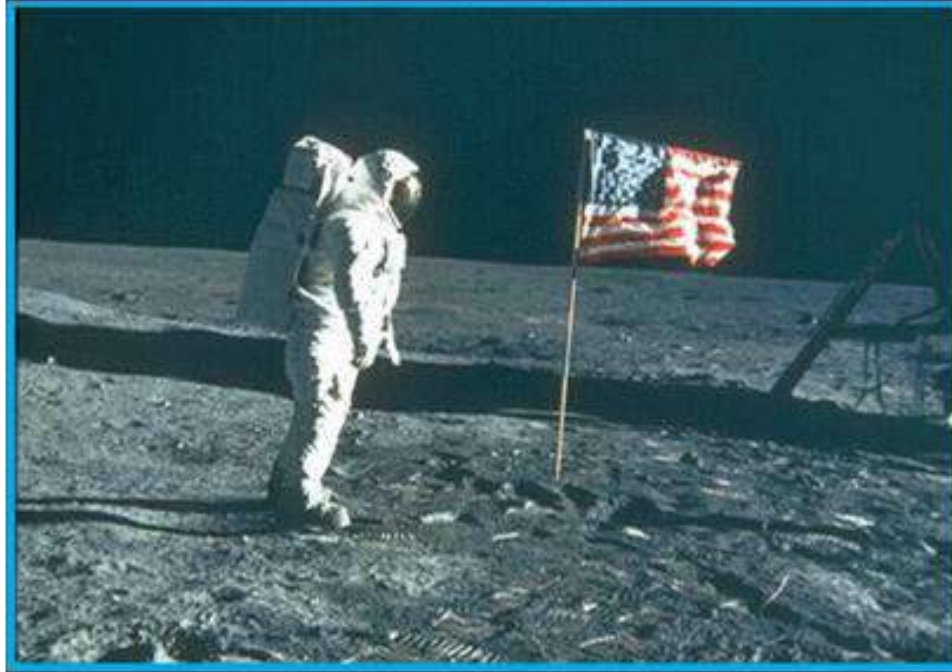
**Sizi nelerin mutsuz ettiđini belirleyin**



*yaaprak teie*



# Büyük düşünün



# Büyük Hedefler Seçin

- Ulaşılabilir hedefler belirleyin
- Hedeflerinizi mutlaka yazın
- Hedefi seçme nedenlerinizi yazın
- Hedefinizin net olarak tanımlayın
- Her konuda hedeflerle çalışın



Çalışacağım ve kendimi hazırlayacağım.  
Ve bir gün şans kapımı çalacak.

Abraham LINCOLN

# İyimser olmak için çaba harcayın



**Dikkatinizi nereye verirseniz, enerjiniz o yöne akar.  
Hayatınızda pozitif şeylere odaklanın ki,  
umutlarınız çiçek açsın.**



# İstek listesi hazırlayın



**Detaylı aksiyon planı hazırlayın**  
**Başlangıç ve bitiş zamanları**  
**kullanın**





**Kendinize fazla yüklenmeyin ara  
vermesini bilin**





**Hoşlanmadığınız bir işin eğlenceli yönlerine odaklanın.**



# Hayal edin...



**SEN NEYE HAZIRSAN O DA  
SENİN İÇİN HAZIRDIR.**

*Marc Victor Hansen*