Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

PROYECTO DE HABILIDADES BLANDAS COMO HERRAMIENTA PARA LA CREATIVIDAD EN ZONAS RURALES

2020-1-FR01-KA204-079841

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

AUTOMOTIVACIÓN

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

Definición

La automotivación es la capacidad de impulsarse a sí mismo para tomar la iniciativa y actuar para perseguir objetivos y completar tareas.

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

Definición

Proporciona un poder interior natural para poder pasar a la acción y también para centrarse no en los obstáculos sino en el objetivo.

La motivación también tiene una fuerte relación con las necesidades de ser satisfechas.

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

JERARQUÍA DE NECESIDADES DE MASLOW

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

Necesidades

1. Necesidades fisiológicas; hambre, sed.
2. Necesidades de seguridad; seguridad o mantenerse alejado del peligro.
3. Necesidades de pertenencia y amor; ser aceptado y pertenecer a una comunidad.
4. Necesidades de estima; Logro, o ganar aprobación.
5. Necesidades de autorrealización. Escribir una novela, inaugurar una exposición de arte

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

Habilidades de automotivación

- Reconocer el momento
- Hablarse positivamente
- Recibir retroalimentación
- Competencia de visualización

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

Reconocer el momento

Cierra los ojos y;

- ¿Cómo me siento ahora mismo?
- ¿Huelo algo?
- ¿Tengo alguna vez mejor humos que ahora?

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

Habla positivamente contigo mismo

Piensa sobre;

¿Qué palabras utilizas para ti mismo…

- Cuando fracasas?
- Cuando triunfas?
- Cuando otros fallan?
- Cuando otros triunfan

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

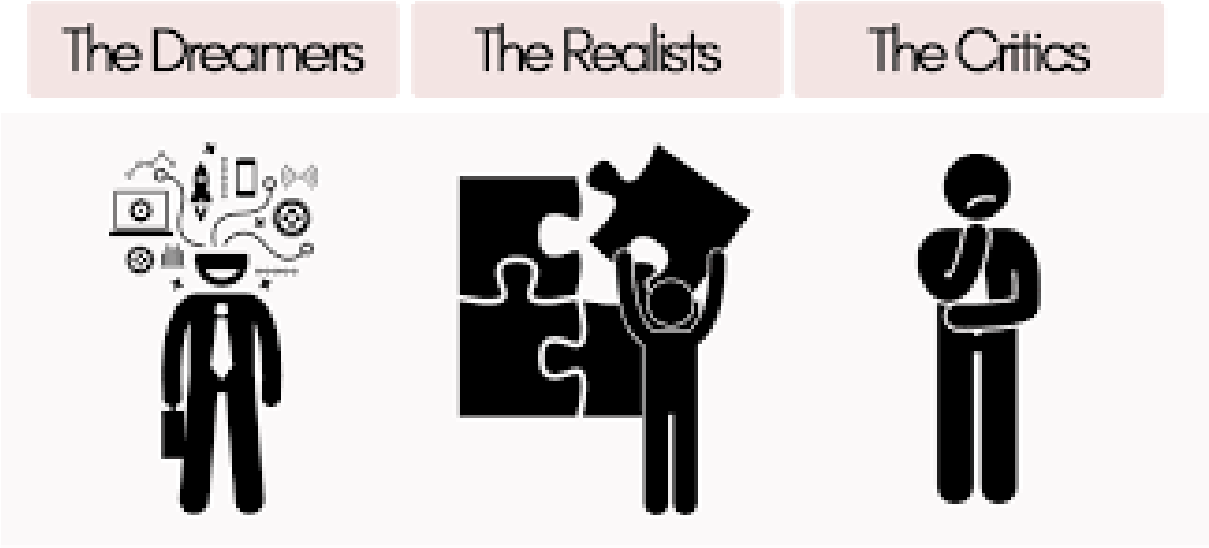
Recibir retroalimentación

Método del Sandwich

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

Visualización – Método Walt-Disney



Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

Los soñadores

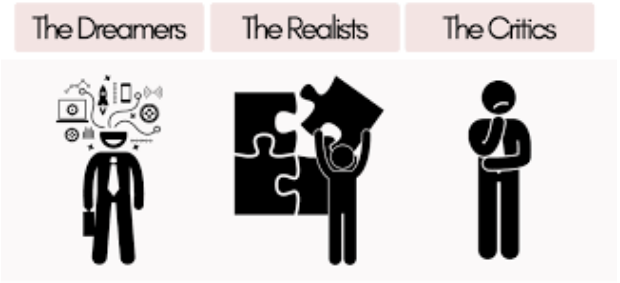
El soñador es el papel que sueña de forma muy detallada.
En este rol no te centras en los obstáculos o barreras.
Sueñas como vives, sientes o simplemente tienes el objetivo.

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

Los Realistas

El papel de los realistas es hacer realidad los sueños.
Este papel se centra en los obstáculos o las barreras. Porque el objetivo debe ser alcanzado. Por lo tanto, cada obstáculo debe tener una solución. Este rol encuentra los caminos lógicos y te mantiene en el camino.



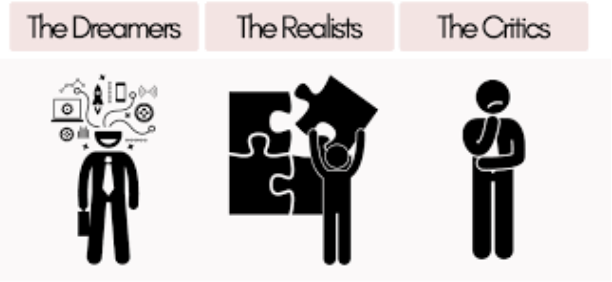
Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

Las Críticas

El objetivo de los críticos es dar una respuesta contundente. Este papel viene después de los soñadores y los realistas para combinarlos y analizar los resultados.

Al final, los pasos de acción están listos y el camino hacia el objetivo está claro.

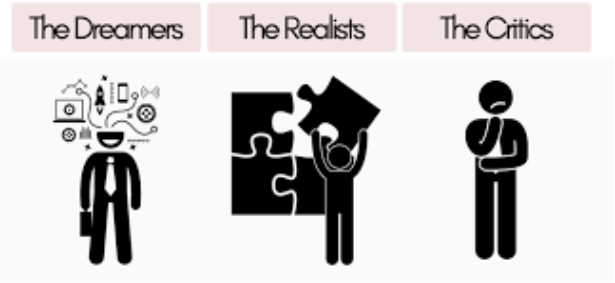


Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

Trabajo en Equipo

- Crea 3 grupos
- Cada grupo determina un objetivo
- Lleno para los soñadores, los realistas y los críticos



Duración: 30 Minutos & Presentación: 3 Minutos

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

Pensamiento Individual

1- Has plantado tu campo. Desgraciadamente, hubo una inundación durante la cosecha y no pudiste recoger ningún cultivo.
¿Qué pensarías y qué harías?

2- ¿Cuáles serían sus 2 objetivos para los próximos 6 meses?

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

Preguntas

1- ¿Es verdadera o falsa la siguiente definición de automotivación?

La automotivación es la capacidad de impulsarse a sí mismo a tomar la iniciativa y la acción para perseguir objetivos y completar tareas.

A) Verdadera
B) Falsa

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

Preguntas

2- ¿Qué clasificación de la jerarquía de Maslow es correcta?.

A) Autorrealización -Estima -Pertenencia-Seguridad-Fisiológica

B) Fisiológica - Pertenencia-Seguridad-Estima-Autorrealización

C) Estima-Seguridad-Fisiológica-Pertenencia-Autorrealización

D) Fisiológica-Seguridad-Pertenencia-Estima-Autorrealización

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

Preguntas

3- ¿Cuáles son los roles y su propósito en el Método Walt Disney?

A) Los críticos - El analista- El soñador
B) Los críticos - Los realistas - Los soñadores
C) El realista - El soñador - El motivador
D) El motivador - El soñador - El creador

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

Respuestas

1) A
2) D
3) B

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

Referencias

1. Akdeniz University Open Access Website. Motivation in Public-Business Administration. Gulden Oncu. 2005. Retrieved from http://acikerisim.akdeniz.edu.tr/bistreamhandle/123456789/1574/?sequence=1 &is Allowed=y
2. Art&Science of Coaching. Inner Dynamics. Marilyn Atkinson,Phd with Rae T.Chois. Exalon Publishing. First Published 2007.
3. Motivation. Wikipedia. Retrieved from https://en.wikipedia.org › wiki › Motivation

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

PROYECTO DE HABILIDADES BLANDAS COMO HERRAMIENTA PARA LA CREATIVIDAD EN ZONAS RURALES

2020-1-FR01-KA204-079841

www. sitraproject.eu

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea en el marco del Programa Erasmus+.
La Comisión Europea y la Agencia Nacional de Francia no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información contenida en él.