

The background of the slide is a light pink color. It is decorated with several green leaves of different shapes and sizes, scattered around the edges. The leaves have a natural, slightly blurred appearance, suggesting they are part of a plant. The text is centered on the slide.

«Как замотивировать себя»

Отряд «Кластер»

Что такое мотивация?

- Мотивация- это побуждение к действию; психофизиологический процесс, управляющий поведением человека, задающий его направленность, организацию, активность и устойчивость; способность человека деятельно удовлетворять свои потребности.

С чего начать?


- Расставьте приоритеты. Подумайте, что в этой жизни по-настоящему важно для вас. Не тратьте ли время в пустую, на ненужные вещи.
- Поставьте цели. Любая цель- как морковка перед носом осла или пятитысячная купюра над головой. Она мотивирует на работу и помогает не останавливаться перед трудностями.
- Заведите дневник успеха.

С чего начать?

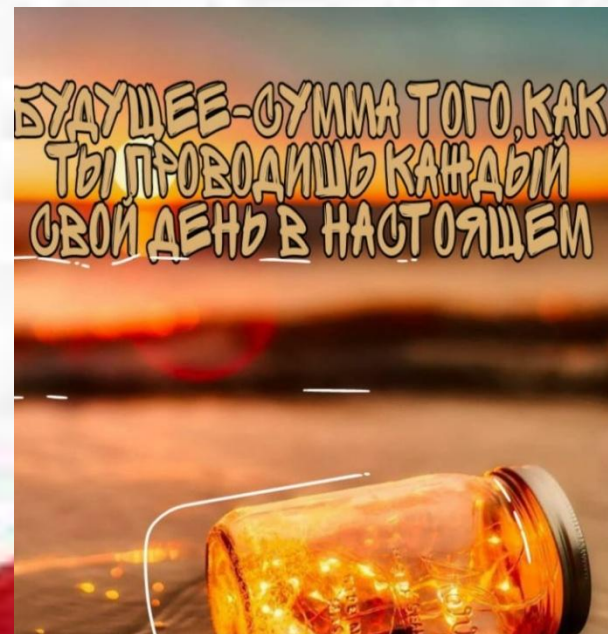
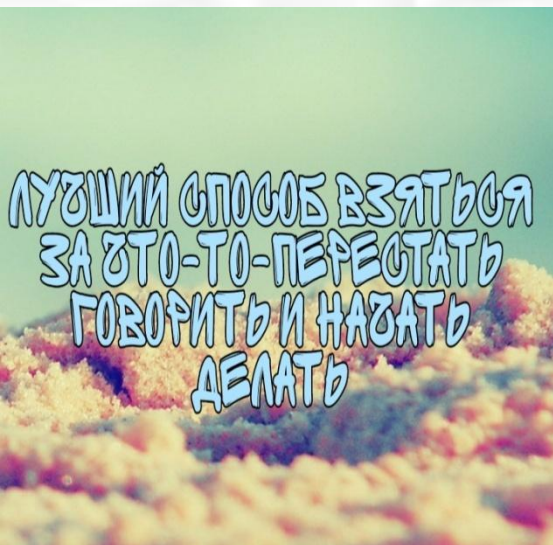
- Почитайте вдохновляющие книги.
- Окружите себя оптимистами.
- Удалите из своей жизни негатив.
- Чаще смейтесь.
- Избавьтесь от страхов.



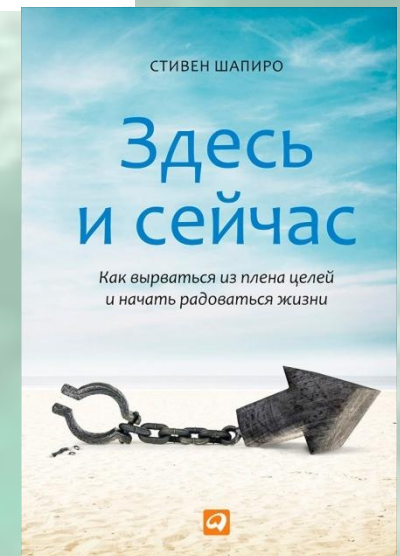
От мысли к действию.

- Вознаграждайте себя за работу.
 - Работайте над несколькими проектами в одно время.
 - Соревнуйтесь.
 - Публично заявляйте о своих целях.
 - Создайте подходящую обстановку.
 - Читайте истории успеха.
- 

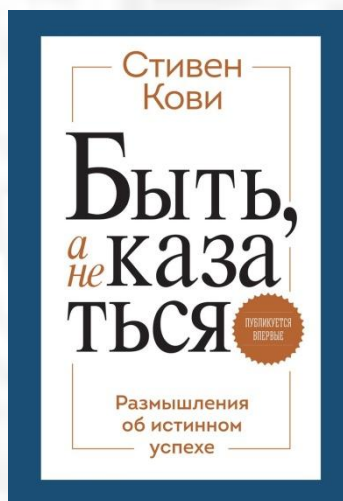
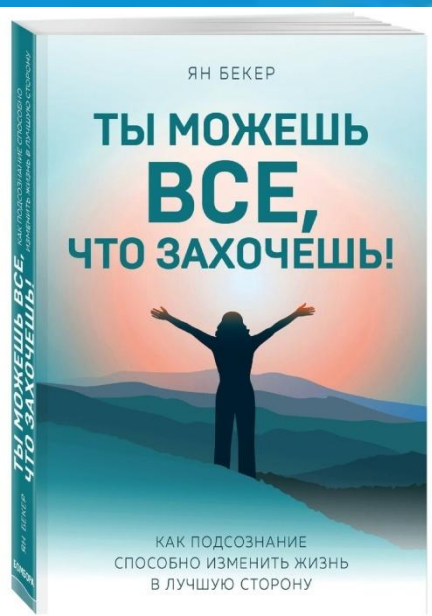
ПОДБОРКА МОТИВИРУЮЩИХ ФРАЗ ОТ ОТРЯДА



Подборка мотивирующих книг



Подборка мотивирующих книг



Видео с мотивацией.

- <https://youtu.be/69MkvKrraC0>
- <https://youtu.be/iVDmCvG5kg8>
- <https://youtu.be/uCLWNQoPiMY>
- <https://youtu.be/7cJKFKECMjs>

**• СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!)**

**"Если вам что-то не нравится,
измените это. Если вы не можете
это изменить, измените свои
мысли об этом"**