

تعریف

پرسش های  
کلیدی

انگیزش چه  
چیزی نیست

مولفه های اصلی  
انگیزش

راهبردها

تعریف

پرسش های  
کلیدی

انگیزش چه  
چیزی نیست

مولفه های اصلی  
انگیزش

راهبردها

انگیزه

انگیزاننده

انگیزش

خود انگیزختگی

Self Motivation



هویتی منحصر به فرد  
برای هر انسان که در  
طول زمان شکل میگیرد و  
به تدریج توسعه می یابد

انگیزه:  
یک نیرو و انرژی  
هدفمند

انگیزاننده:  
محرک یا عاملی  
که در ما ایجاد  
انگیزه کرده یا  
انگیزه ما را تغییر  
میدهد

انگیزش:  
فرآیندی که  
انگیزه را در فرد  
یا تیم ایجاد کرده  
و جزئیات شکل  
گیری و تغییر  
انگیزه را بررسی  
میکند



تعریف

پرسش های  
کلیدی

انگیزش چه  
چیزی نیست

مولفه های اصلی  
انگیزش

راهبردها



## پرسش های کلیدی انگیزش

- (۱) چرا این رفتار مشخص شروع شد؟
- (۲) چه شد که ادامه پیدا کرد؟
- (۳) چه شد که این هدف انتخاب شد و هدف های دیگر از اولویت خارج شد؟
- (۴) چرا هدف در طول زمان تغییر کرد؟
- (۵) چرا یک رفتار مشخص متوقف شد؟

تعریف

پرسش های  
کلیدی

انگیزش چه  
چیزی نیست

مولفه های اصلی  
انگیزش

راهبردها

شدت

پافشاری

جهت

تعریف

پرسش های  
کلیدی

انگیزش چه  
چیزی نیست

مولفه های اصلی  
انگیزش

راهبردها

