

Программа онлайн-семинара

Психология мотивации: алгоритм успеха

Дарья Бурмистрова

практикующий психолог, магистр
педагогике, гештальт-терапевт

15 МАЯ 2025 С 17:00 ДО 18:30 (МСК)

Москва, 2025 г.

Для кого семинар

Студентов, педагогов, психологов, предпринимателей и тех, кто заинтересован получить инструменты и повысить уверенность в своих силах для достижения успеха.



Общая характеристика семинара

Цель

Сформировать понимание ключевых аспектов мотивации и ее влияния на достижение личных и профессиональных целей. Изучить научные модели и матрицы, теории мотивации, а также исследовать психологический компонент успеха.

Практическая значимость

Алгоритмы успеха, основанные на психологии мотивации, могут быть применены в различных сферах — от бизнеса до образования и личных отношений.



Актуальность темы семинара

В современном мире, где конкуренция и требования к личной эффективности постоянно растут, понимание механизмов мотивации становится ключевым для достижения успеха как в личной жизни, так и в профессиональной сфере. На семинаре будут рассмотрены современные подходы и техники, основанные на исследованиях в области психологии, что поможет участникам применять их на практике. Мы проведем обсуждение распространенных барьеров на пути к успеху и методов их преодоления. Многие стремятся к саморазвитию и поиску путей для достижения своих целей. Знания психологии мотивации могут помочь участникам семинара лучше понять свои внутренние стимулы и научиться управлять ими. В ходе встречи мы обсудим, как ставить конкретные и релевантные цели, сохраняя мотивацию.



Бурмистрова Дарья Алексеевна

Практикующий психолог, гештальт-терапевт

- Эксперт в области психологического консультирования и диагностики;
- Специалист в области преодоления выгорания, кризисов и стрессов

Daria.burmistrova@mail.ru | +7 909 980 4743

Краткое содержание семинара

1. Приветствие. Представление – 5 минут
2. Психологические аспекты понимания своих желаний – 10 минут
3. Алгоритм успеха: определение целей, разработка и корректировка плана, оценка прогресса – 10 минут
4. Понятие «зоны комфорта и зоны развития», концепция Л.С.Выготского – 10 минут
5. Матрицы и модели планирования и приоритизации – 10 минут
6. Влияние установок и убеждений на мотивацию и цели – 10 минут
7. Структура мотивации и ее психологические аспекты – 15 минут
8. Прокрастинация: причины и методы преодоления – 10 минут
9. Подведение итогов и ответы на вопросы – 10 минут

Продолжительность ~ 90 минут



ИНФОУРОК
образовательный маркетплейс

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

INFOUROK.RU/KURSY | INFOUROK.RU/MEROPRIYATIYA