

## **Зачем нужна мотивация?**

Автор: BuriI

11.04.2010 21:04 -

---

Зачем задумываться о своей мотивации? Зачем тратить время, узнавая об этом предмете и его специфических особенностях, и как это может работать на вас? Ответы на эти вопросы нужно получить прежде, чем вы погрузитесь в изучение своей внутренней мотивации и сможете получать те награды, которые приносит управление мотивацией.

### **Что такое мотивация?**

Как правило, под мотивацией подразумевают внутренние импульсы, побуждающие к выполнению каких-либо действий. Это внутреннее чувство, которое заставляет вас делать что-то. От умывания по утрам до преследования самых заветных жизненных целей и мечтаний, побуждение лежит в корне каждого действия, которое вы предпринимаете.

Без мотивации мир бы замер. Ничто не сможет заставить человека работать над изменениями, как в отношении самого себя, так и окружающего мира.

На персональном уровне отсутствие мотивации делает невозможным прогресс в любых сферах жизни. Ваше здоровье, карьера, финансы, отношения ... ничто не может развиваться без внутренних стимулов.

### **Зачем управлять мотивацией?**

Однако у каждого человека есть определенные успехи в этих областях. Люди предпринимают какие-то действия каждый день. Причина тому - мотивация. Но есть одна проблема. Стимулирование, которое заставляет человека предпринимать действия, как правило, не используется полноценно. Обычно этот механизм работает как бы на автопилоте и потому не может предложить награды и выгоды, способные изменить жизнь.

Изучая, как управлять вашими внутренними побуждениями, вы можете улучшить любую область своей жизни до уровня, который раньше нельзя было даже представить. Когда вы знаете, какие шаги нужно предпринять и каких избежать – вы буквально обладаете властью, которая может заставить вас делать все, что нужно для создания жизни, о которой вы мечтаете.

Все это становится возможным через изучение принципов мотивации.

### **С чего начать?**

Первый шаг к управлению вашей мотивацией - после понимания его истинной силы - это принятие решения. Мотивация требует цели. Вы когда-нибудь встречали человека, который был бы сильно мотивирован, но не имел понятия относительно того, к чему он стремится? Это не только маловероятно, но и фактически невозможно. Использование мотивации возможно только когда вы имеете достаточно ясное представление о желаемом результате.

Отсюда главный вопрос, на который нужно ответить, такой: «Чего вы хотите?» Ответ должен быть настолько конкретным, насколько это вообще возможно. Столь конкретным, что любой посторонний человек будет в состоянии прочитать вашу цель и понять без всяких сомнений, к каким результатам приведет ее достижение. Когда вы добьетесь такой ясности, это станет благодатной почвой для роста и укрепления мотивации.

Способность побуждения себя к выполнению действий чрезвычайно важный жизненный навык. Мало что может сравниться с ним во влиянии на вашу жизнь.

## **Зачем нужна мотивация?**

Автор: BuriI

11.04.2010 21:04 -

---

Управляя мотивацией вы сделаете реальностью ту жизнь, о которой мечтаете.  
*Мотивирующие статьи на сайте newgoal.ru.*