

Διδασκαλία Δεξιοτήτων Ζωής

Διάλεξη 1: Κίνητρα για μάθηση

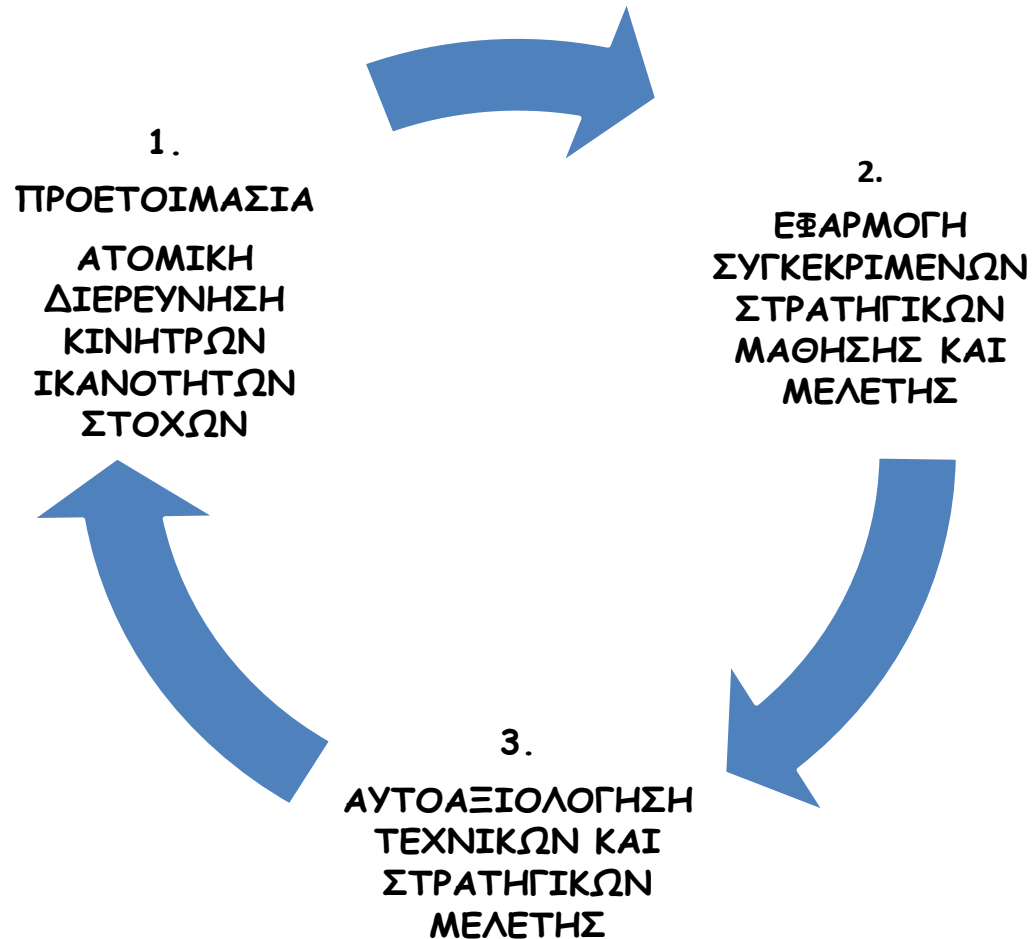
ΜΚ 1020

Μάριος Γούδας

Δεξιότητες Μάθησης

- Προετοιμασία – Ατομική Διερεύνηση
 - Κίνητρα
 - Διερεύνηση
 - Αποδοχή
 - Συγκεκριμένα
 - Ιδέες
 - Στόχοι
 - Εντοπισμός Εμποδίων
 - Αντιμετώπιση Εμποδίων
 - Θετική Κατεύθυνση
 - Στόχοι
- Στρατηγικές Μάθησης και Μελέτης
 - Τεχνικές Καταγραφής Σημειώσεων
 - Δεξιότητες Συγκέντρωσης και Μελέτης
 - Τεχνικές Απομνημόνευσης
- Διαχείριση Χρόνου
- Στρατηγικές Αποτελεσματικής Επίδοσης στις Εξετάσεις

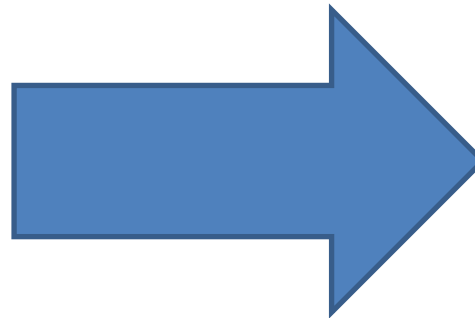
Κύκλος Δεξιοτήτων Μάθησης



Δεξιότητες Μάθησης

- Προετοιμασία – Ατομική Διερεύνηση

- Κίνητρα
- Διερεύνηση
 - Αποδοχή
 - Συγκεκριμένα
 - Ιδέες
 - Στόχοι
- Εντοπισμός Εμποδίων
- Αντιμετώπιση Εμποδίων
- Θετική Κατεύθυνση
- Στόχοι



Πριν

- Στρατηγικές Μάθησης και Μελέτης

- Τεχνικές Καταγραφής Σημειώσεων
- Δεξιότητες Συγκέντρωσης και Μελέτης
- Τεχνικές Απομνημόνευσης
- Στρατηγικές Αποτελεσματικής Επίδοσης στις Εξετάσεις



Κατά τη
διάρκεια

Διαχείριση Χρόνου

- Αναστοχασμός



Μετά

Κίνητρα Ορισμός

- Είναι οι αιτίες που καθορίζουν την ανθρώπινη συμπεριφορά.
- Κίνητρο είναι ο,τιδήποτε κινεί, ωθεί ή παρασύρει σε δράση ένα άτομο
 - (Ευκλείδη, Ψυχολογία Κινήτρων, σ. 17)

Κίνητρα Διάκριση (1)

- Εσωτερικές αιτίες συμπεριφορά
 - Ένστικτα, ορμές, σκοποί, επιθυμίες, προθέσεις, συναισθήματα
- Εξωτερικές αιτίες συμπεριφοράς
 - Αμοιβές, θέλγητρα, φόβητρα

Κίνητρα Διάκριση (2)

- Εγγενή
 - Κληρονομική βάση π.χ ένστικτα
- Επίκτητα
 - Αποκτούνται μέσα από διαδικασίες αλληλεπίδρασης με το περιβάλλον

Κίνητρα Διάκριση (3)

- Φυσιολογικά
 - Εξυπηρετούν τη λειτουργία του οργανισμού
- Βιολογικά
 - Εξυπηρετούν την επιβίωση, συντήρηση και αναπαραγωγή του ατόμου και του είδους
- Ψυχολογικά
 - Θυμικό, προσωπικότητα, και αλληλεπίδραση με το φυσικό και κοινωνικό περιβάλλον

Κίνητρα

- Οι αιτίες της συμπεριφοράς μπορεί να μην είναι εύκολο να συνειδητοποιηθούν από το άτομο
- Συχνά συνυπάρχουν πολλές αιτίες ταυτόχρονα

Κίνητρα και συμπεριφορά

- Τα κίνητρα καθορίζουν
 - Κατεύθυνση της συμπεριφοράς
 - Ένταση της συμπεριφοράς
 - Διάρκεια της συμπεριφοράς

Κίνητρα & Είδος Καταστάσεων

- Τα κίνητρα είναι πολύ σημαντικότερα σε λιγότερο δομημένες καταστάσεις

Μπορώ να αλλάξω τα κίνητρά μου?

IMPROVEMENT
BEGINS WITH **I**

www.dailyinspirationalquotes.in

Μπορώ να αλλάξω τα κίνητρά μου;

- **Αυτό-παρακίνηση**

- Η ρύθμιση των κινήτρων του ατόμου από το ίδιο το άτομο

- Περιλαμβάνει

- Συνειδητοποίηση/ανάπτυξη κινήτρων
 - Εντοπισμό αρνητικών κινήτρων
 - Προσαρμογή/ρύθμιση των κινήτρων

Κίνητρα

Δομή 1^{ης} συνάντησης

- Ενημέρωση
- Διερεύνηση: Γιατί επέλεξες το Τ.Ε.Φ.Α.Α.;
 - Γιατί το Τ.Ε.Φ.Α.Α στα Τρίκαλα;
- Η Μεγάλη Εικόνα: Τι θέλεις να πετύχεις....
- Διερεύνηση Προβλημάτων
- Αυτό - παρακίνηση

Αυτό-παρακίνηση Δ1

Εστίαση στη Μεγάλη Εικόνα

α. Συνειδητοποίηση/ανάπτυξη κινήτρων

Τι θέλεις να πετύχεις με τη φοίτησή σου στο ΤΕΦΑΑ;

Γιατί θέλεις να το πετύχεις

Με ποιο τρόπο προσπαθείς να το πετύχεις;

Αυτό-παρακίνηση

β. Εντοπισμός αρνητικών κινήτρων

- Δραστηριότητα 2

Αυτό-παρακίνηση

γ. Προσαρμογή/ρύθμιση των κινήτρων

- Αναστοχασμός/αναπλαισίωση
 - Νέα θεώρηση, νέα εξέταση παλαιότερων ιδεών, αντιλήψεων κλπ.
- Βρίσκοντας νόημα και χρησιμότητα
 - (Δραστηριότητα 4)

3. Προσαρμογή κινήτρων (Δ. 4)

- Το πιο σημαντικό όφελος που περιμένω από τη φοίτηση μου στο συγκεκριμένο τμήμα είναι
- Θέλω να πετύχω σ' αυτό γιατί μετά περιμένω να
- Όταν θα ολοκληρώσω τις σπουδές μου θέλω να είμαι ικανός/η να

Αναστοχασμός (self-reflection)

- Προσεκτική θεώρηση πράξεων και σκέψεων και των αποτελεσμάτων τους

**ALEX
FERGUSON**
WITH MICHAEL MORITZ
LEADING



- If you are leading people, it helps to have a sense of who they are – the actions that will draw out the best in them, and the remarks that will cause them to be spooked
- The only way to figure this out is by two underrated activities: listening and watching
- Most people don't use their eyes and ears effectively. They aren't very observant and they fail to listen intently. As a result they miss half of what is going on around them.
- There is a reason that God gave us two ears, two eyes and one mouth.
- It is so you can listen and watch twice as much as you talk. Best of all, listening costs you nothing.

- People often say that motivation doesn't last. Well, neither does bathing - that's why we recommend it daily. Zig Ziglar