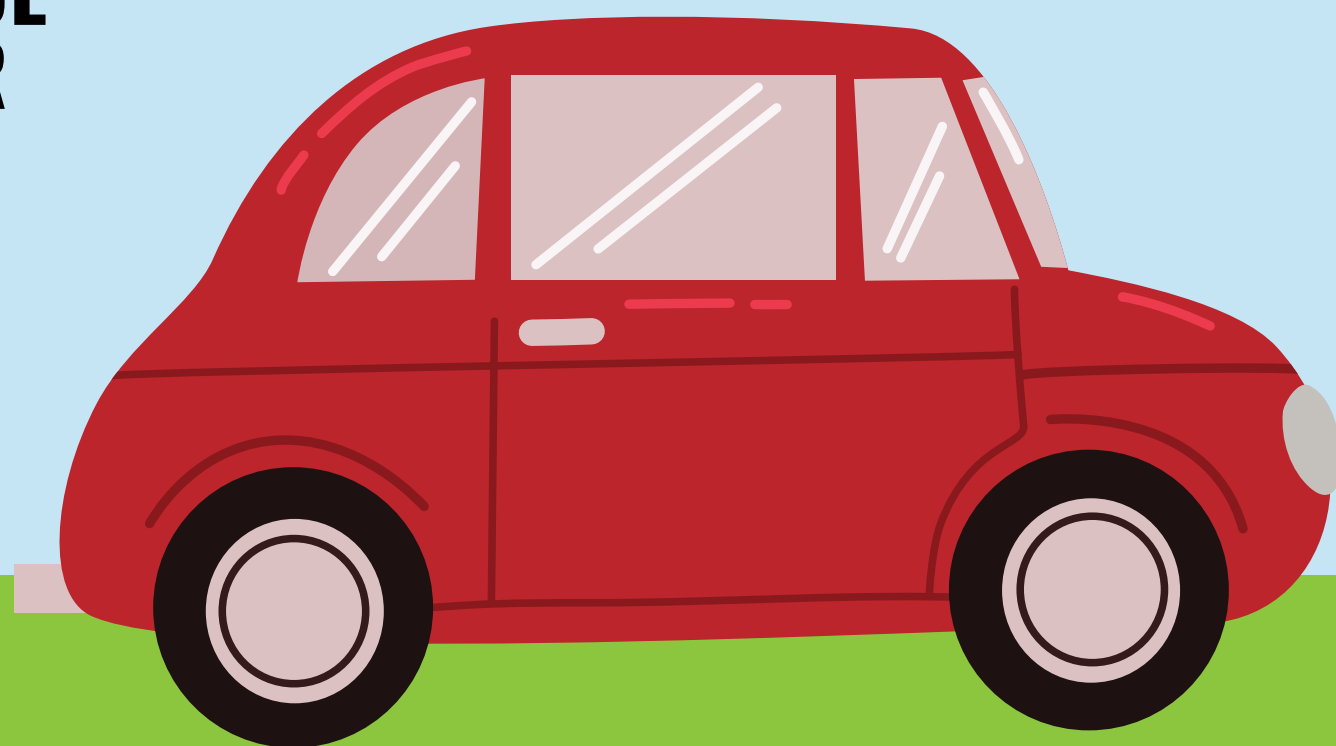




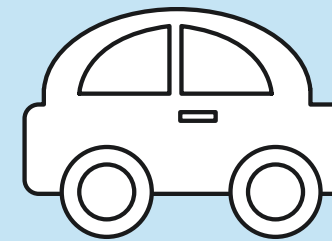
# ¿Qué es la MOTIVACIÓN?

**LA MOTIVACIÓN ES UN ESTADO INTERNO QUE ACTIVA, DIRIGE Y MANTIENE LA CONDUCTA DE LAS PERSONAS HACIA METAS O FINES DETERMINADOS, ES EL IMPULSO QUE MUEVE A LA PERSONA A REALIZAR DETERMINADAS ACCIONES Y PERSISTIR EN ELLAS HASTA TERMINARLAS.**

**ES UN PROCESO DINÁMICO QUE PASA POR DISTINTAS FASES. ÉSTA SE ACTIVA Y EMPIEZA A HACER COSAS PARA CONSEGUIR UNA META. MIENTRAS VAYA CAMINADO HACIA ELLA, IRÁ EVALUANDO SI VA POR BUEN CAMINO O NO, ES DECIR, HARÁ UNA RETROALIMENTACIÓN DEL RENDIMIENTO, PARA FINALMENTE, DISFRUTAR DEL RESULTADO.**



# ACTIVIDAD: EL AUTO DE LA MOTIVACIÓN.



**Consigna:** El auto al igual que la motivación está en continuo movimiento, gracias a ella, logramos cumplir nuestras metas y objetivos que nos ponemos a diario; sin embargo, sucede que en ocasiones el auto "motivacional" se va averiando y tenemos que hacerle mantenciones, algunas necesarias y otras, sólo por rutina.

## Instrucciones:

A continuación, les solicitamos que escriban en las casillas disponibles que encontrarán en la imagen que les presentamos en la hoja anexa.

¿A dónde quiero ir y cómo lo voy a lograr?

## Partes del auto

**Bencina:** Será nuestro combustible el que nos permitirá llegar a nuestro objetivo. ¿Qué necesitas para darle fuerza a tu auto-motivacional?

**Ruedas:** Siempre es importante "pisar con los pies en la tierra" ¿Cómo lo vas a lograr concretamente? ¿Qué pasos tienes que seguir?

**Manubrio:** Esto nos permite tener el control para llegar con seguridad a nuestro objetivo ¿Quién maneja y qué cosas necesito controlar en mi ambiente?

**Bocina:** Pensemos que la bocina es una alerta ¿Cuál va hacer la tuya en caso que se pierda del camino o vea un obstáculo?

**Kilometraje:** Con el tiempo el auto va recorriendo caminos sean positivos o negativos, ¿Quién será su mantención ¿A quién solicitará ayuda en caso de presentar algún desperfecto?

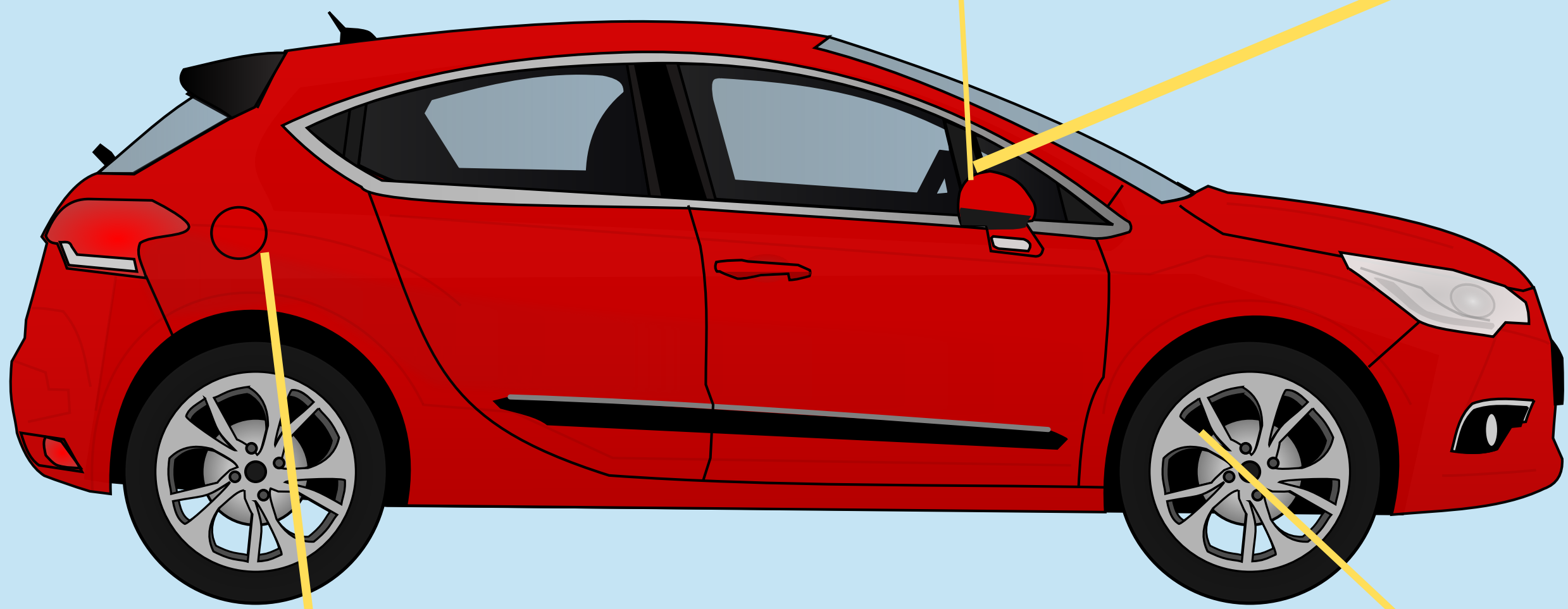
## Reflexiones y/o pensamientos:

¿Te pareció importante esta actividad? ¿Te hizo dar cuenta de algo nuevo?

**¡LES PRESENTAMOS EL  
AUTO MOTIVACIONAL!**

**Bocina:**

**Manubrio:**



**Kilometraje:**

**Bencina:**

**Ruedas:**