

## ŠTA JE ZAPRAVO EMOCIONALNA INTELIGENCIJA?

### SAMO MOTIVACIJA

Pojedinci ispunjeni samo motivacijom teže da ostvare rezultate koji su iznad njihovih očekivanja kao i očekivanja drugih ljudi. Samomotivacija znači da možete da pronađete zadovoljstvo u onome što radite i da vam nisu potrebni spoljni stimulanasi (velika plata status, nagrade, kazne ili pretnje) da bi se pokrenuli na akciju. Samomotivacija ili samodokazivanje predstavlja najviši nivo zadovoljenja ljudskih potreba, kada ljudi obavljaju poslove prvenstveno zbog sebe, zato što ih ti poslovi ispunjavaju ili za njih predstavljaju kreativni izazov, a ne zato što ih neko primorava ili nadgleda. Ljubav prema poslu, nepresušna energija, želja da se uči, lojalnost prema firmi koja im omogućava da rade zanimljiv i kreativan posao predstavljaju odlike ljudi sa visokom samomotivacijom. Ovi pojedinci, čak i kada se suoče sa teškoćama ostaju optimisti, jer njihova samokontrola kombinovana sa željom za postizanjem prevladava depresiju i može da predstavlja snažan podsticaj čitavoj organizaciji.

Istraživanja pokazuju da je samo 20 % radne populacije u stanju da sami sebe motivišu, dok motivacija preostalih 80 % ljudi zavisi od toga kako se drugi prema njima ponašaju.

Samomotivacija je usmeravanje snage naših emocija ka cilju koji će nas motivisati i inspirisati. To je i zamišljanje kako ostvarujemo neki cilj i poduzimanje svih potrebnih koraka da bismo došli do njega.

### PRIRODA MOTIVACIJE:

Motivacija uključuje energiju, smer, ustrajanje i sve aspekte aktivacije i pažnje. Motivacija nije jednostavan konstrukt zato što velik broj faktora motiviše ljude na određenu aktivnost

Pitanje je postavljaju li se ljudi iza svojih postupaka na temelju interesa i vrednosti ili se ponašaju zbog nekog spoljašnjeg faktora je jedinstveno u svakoj kulturi.

Nekoliko načina kako ćete popraviti vašu motivaciju:

- Budite svesni načina na koji sebi objašnjavate vaše propuste u životu... ostanite realni. Shvatite da možete kontrolisati i birati šta ćete da mislite i osećate. Povećajte vašu upornost tako što ćete uvek biti svesni cilja u životu.
- Da biste dobili dodatnu energiju, povežite vaše ciljeve sa vašim vrlinama. Uvek imajte cilj u vidu i budite uporni tako da biste mogli uživati u zadovoljstvu uspešnog privođenja kraju što god ste započeli.

**----- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŽETE PREUZETI NA SAJTU. -----**

[www.maturskiradovi.net](http://www.maturskiradovi.net)

**MOŽETE NAS KONTAKTIRATI NA E-MAIL: [maturskiradovi.net@gmail.com](mailto:maturskiradovi.net@gmail.com)**