



TWOJA MOTYWACJA DO DZIAŁANIA

(podsumowanie lekcji)

kurs „Planowanie kariery”

Szkoła Rozwoju Osobistego i Przedsiębiorczości

Marta Pyrchala-Zarzycka

ASTRO SALUS EDUCATION LTD

Hierarchia potrzeb opracowana przez Maslowa, mówi, że **ludzi efektywnie motywują do działania potrzeby wyższe, czyli potrzeba przynależności, szacunku i samorealizacji – ale najpierw muszą być zaspokojone potrzeby niższego rzędu.**

Każdego motywuje co innego, dlatego ważne jest, by być świadomym własnych potrzeb i dostosowywać je do swoich celów.

Wypalenie zawodowe jest związane z długotrwałym stresem związanym z pracą. To zjawisko jest niebezpieczne zarówno dla psychiki, jak i zdrowia fizycznego. Można jednak mu zapobiegać. Metodami walki z tym problemem mogą być m.in. szkolenia i dokształcanie, odpoczynek oraz rozwijanie zainteresowań pozazawodowych.

Marta Pyrchala-Zarzycka

Astro Salus Education Ltd

Naturalnie do zdrowia, mądrze do rozwoju

kursy@astrosalus.pl

STRONY INTERNETOWE

www.astrosalus.pl

www.astrosalus.com

<http://kosmetyka-fitness.pl>

[www.magia-zycia.com.pl](http://magia-zycia.com.pl)

www.sukces-biznes.pl

www.edukacja-domowa.pl

BLOGI

<http://astrosalus.pl/medycyna-naturalna/>

<http://astrosalus.pl/reiki/>

<http://kosmetyka-fitness.pl/ona/>

<http://magia-zycia.com.pl/duchowosc/>

<http://sukces-biznes.pl/sukces/>

www.edukacja-domowa.pl/rozwój-dzieci