

MOTIVAÇÃO

A motivação não é algo que brota dentro da pessoa, mas um estado emocional vivido pela mesma que surge na relação desta com o seu futuro, desde que o meio onde a pessoa se encontra aponte possibilidades de concretizar esse desejo. Portanto é necessário que haja um sentido, uma razão para que ocorra a motivação. Para melhor compreender o que é a motivação, podemos abstratamente examinar dois elementos, **a pessoa** (suas características, valores, escolhas, desejos, fins a alcançar, etc..) e **o meio** (os elementos materiais onde a pessoa se encontra (livros, meios de transporte, família, escola, colegas de aula, simulados, prova do vestibular, etc..))



Motivação

Estar empolgado frente a possibilidade de aprovação no vestibular

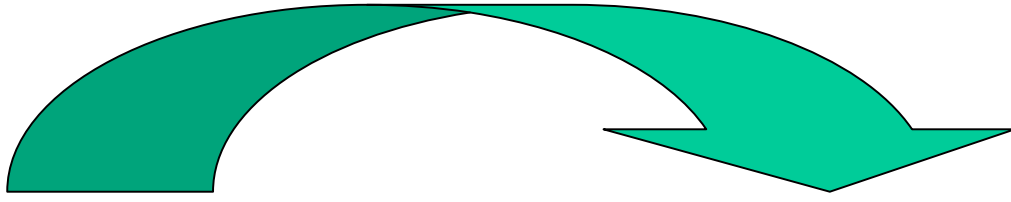
Se reconhecer como alguém que pode vencer na vida



Futuro – Vestibular
Fim a alcançar – Passar no vestibular

Meio para alcançar o fim:

- Estudo;
- Dedicação;
- Frequência nas aulas
- Organização das tarefas
- Apoio dos outros



MOTIVAÇÃO

FUTURO



OBJETIVO

Não há MOTIVAÇÃO
sem futuro, sem objetivo,
sem um sentido para a
vida.

A pessoa só consegue ter MOTIVAÇÃO (frente ao futuro) se tiver um projeto de ser definido. Quer dizer, a pessoa precisa se dizer que quer alcançar determinada coisa para si.

A pessoa se vê como possibilidade de:

Sucesso

Fracasso

Imagine que faltam dois meses para você fazer a prova do vestibular. Quais as características abaixo correspondem ao que você se encontra:

O que o estudante pensa frente ao vestibular?



O que o estudante fala e faz frente ao vestibular?



Como é a postura corporal desse estudante?



Assinale as características que você se identifica quando PENSA, FALA E ASSUME POSTURA CORPORAL FRENTE AO ESTUDO quando se refere ao vestibular:

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Não vou passar | <input type="checkbox"/> Estudando vou passar! |
| <input type="checkbox"/> é uma prova muito difícil | <input type="checkbox"/> Alcançando um boa média não tem concorrente |
| <input type="checkbox"/> não acredito em mim mesmo | <input type="checkbox"/> Ansiedade e confiança |
| <input type="checkbox"/> Acho que vou é para a praia | <input type="checkbox"/> Estudando não tem segredo |
| <input type="checkbox"/> É ruim HEM!!! | <input type="checkbox"/> Vou procurar aquele colega que domina a matéria para estudar junto |
| <input type="checkbox"/> Cabeça baixa | <input type="checkbox"/> Corpo ereto |
| <input type="checkbox"/> ombros soltos | <input type="checkbox"/> Sorriso franco |
| <input type="checkbox"/> Vou é ver TV! | <input type="checkbox"/> Atento as aulas |
| <input type="checkbox"/> Sono | <input type="checkbox"/> Ainda bem que faltam dois meses, vou conseguir ler o que falta |
| <input type="checkbox"/> Ansiedade e tristeza | <input type="checkbox"/> Disposição |

Procure através das suas respostas verificar se você está encarando o vestibular como possibilidade de SUCESSO ou FRACASSO, se você se encontra MOTIVADO ou DESMOTIVADO.

É importante prestar atenção no ambiente em que se encontra para poder modificar as situações que lhe estão produzindo muito estresse. Também é necessário procurar desenvolver boas relações que promovam comunicação, qualidade e produtividade no seu estudo.

É fundamental ter presente no dia-a-dia as dificuldades do vestibular para que isto sirva de objetivo a ser superado e que possa servir de referencial para fazer uma programação de estudo visando suprir as dificuldades ainda existentes.

Não há vitória no vestibular sem esforço.

Psicólogo Flávio Melo Ribeiro