

AUTONOMÍA EMOCIONAL



LA MOTIVACIÓN ES UN FACTOR EMOCIONAL QUE SE POTENCIA CUANDO LO EJERCITAMOS TODOS LOS DÍAS, CREYENDO EN NUESTROS SUEÑOS, PROYECTOS, ASPIRACIONES.



La motivación intrínseca tiene su origen dentro del individuo, y está dirigida por las necesidades de exploración, experimentación, curiosidad y manipulación, las cuales se consideran conductas motivadoras en sí mismas.

¿Qué te motiva hoy?



¿Cuáles son tus objetivos a largo plazo?



La motivación extrínseca hace referencia al tipo de motivación en la cual los motivos que llevan a una persona a realizar determinado trabajo o actividad están situados fuera de la misma.



NO TE QUEDES CON LAS GANAS DE SABER QUE PASARÍA. ATRÉVETE!!