**HEDEFİMİ BELİRLİYORUM (MOTİVASYON ETKİNLİĞİ)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Rehberlik alanı** | Eğitsel rehberlik |
| **Etkinliğin adı** | Hedefimi belirliyorum |
| **Sınıf düzeyi** | ortaokul |
| **Süre** | 1 ders saati |
| **kazanım** |  |
| **Araç gereç** | Küçük yapıştırmalı renkli not kâğıtları |
| **Ortam** | Sınıf ortamı  |
| **uygulayıcı** | Okul psikolojik danışmanı |
| **Uygulandığı tarih** |  |
| **amaç** | Öğrencilerimizi sınava ve okula daha fazla güdülemek ve onların endişelerini en aza indirmek, sürdürülebilir motivasyon için kısa, orta ve uzun vadeli hedefler koymanın kendine inanmaları farkındalığı sağlanarak içsel motivasyonlarını artırmak |
| **Katılan öğrenci sayısı** |  |
| **değerlendirme** |  |

SÜREÇ:

1. **ADIM:** okul psikolojik danışmanı motivasyon kavramının tanımını yaparak performans ve motivasyon arasındaki doğru orantıyı anlatır. Motivasyonun içsel motivasyon( kaynağı bireyden gelen merak, ilgi öğrenme ihtiyacı ve gelişme duygusu) ve dışsal motivasyon( bir görevin tamamlanmasında bir başkası tarafından sağlanan ve ödüllerle oluşturulan ) kavramları öğrencilerin anlaması açısından örneklerle açıklanarak kavramların tüm öğrencilerce öğrenmesi sağlanır.
2. **ADIM**: Okul psikolojik danışmanı motivasyonla beraber kısa, orta ve uzun hedeflerden bilgiler vererek başarının ve motivasyonun hedeflere yansıtmanın başarıya olan etkisini belirtir. öğrencilerin kısa , orta ve uzun hedeflerin ne olduğunun anlamaları sağlanır.
3. **ADIM** : Okul psikolojik danışmanı öğrencilerden sınava kadar olan sürede kısa orta ve uzun hedefleri kafalarından belirlemelerini ister ,burada önemli olan içsel motivasyon ile bunu yapabilmeye yardımcı olmak, daha sonra öğrencilere kısa orta ve uzun hedeflerini yazabilmeleri için küçük not kağıtlarından üçer tane verilir, öğrenciler küçük kağıtlara hedeflerini yazarken okul psikolojik danışmanı tarafından tahtaya tahta kalemiyle iç içe geçmiş daireler şeklinde hedef tahtası oluşturur. Öğrenciler kağıttaki hedefleri sıralanmış halkalara yapıştırması istenir. Halkalar içten dışa doğru istediğiniz sayıda olabilir. , tüm öğrenciler yapıştırdıktan sonra dairenin dışından içine doğru küçük kağıtlar okunur.
4. **SONUÇ**: Öğrenciler rahatlama ve motive olma imkanı bulurken aynı zamanda kendilerini güdüleyecek içsel motivasyonu fark etmesine yardımcı olmak kısa orta ve uzun hedefleri düşünerek, başarısını arttıracak planlar yapabilme becerisine katkı sağlayacaktır.