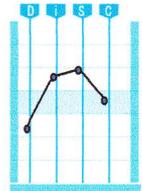




動機づけ低下の要因

肯定的にせよ否定的にせよ、動機づけに影響を及ぼす諸要素には、さまざまなものがあります。これらの諸要素を理解することで、積極的な動機づけを促し、自己の動機づけを挫いてしまう要素を減らすことができます。以下のリストを活用して、**■■■■**さんの行動スタイルに特有の、動機づけを低下させる要素を管理、または排除することで、肯定的な動機づけを促進するような環境をつくることができるでしょう。



カウンセラー

■■■■さんの動機づけを低下させ、やる気を失わせること：

- 目まぐるしい、予想のつかない変化のある環境で仕事をする
- 同僚との間に、いつも敵対関係がある
- 上司や同僚からの支援が得られない
- 1対1の対決が求められる状況で仕事をする
- 期待されている行動が明確でなかったり、それがしばしば変わったりする
- 仕事的一端として、攻撃的で競争的なやりとりが求められる
- 非友好的でうちとけない同僚と仕事をする
- 決まったスケジュールと厳しい時間的制約を守るよう要求される
- 否定的で悲観的、あるいは敵対的な環境で仕事をする
- 感情を交えずに、客観的な思考に集中するよう要求される
- 細部に注意を払って、決まりきった業務を行なうよう要求される