

\* Хорошая и Плохая  
Мотивация: *как жить  
и работать  
кошечно правильно?*



# Немного результатов

Считают себя достаточно мотивированными - **31% (5/16)**

Считают, что работа должна приносить удовольствие:  
**75%** - Да, обязательно **25%** - Да, но не обязательно  
возникает нежелание что-либо делать.

Для **75%** деньги не являются важным мотиватором

Средняя цена за сайт - **6750**



Мотивированные требовали за разработку сайта на **28%** больше немотивированных

За ненужный сайт просили на **50%** больше (из тех, кто просил больше)

**Трое** оценили свою работу на уровне профессионалов

# Сегодня в программе:

- \* Что нам мешает и отвлекает от работы?
- \* Почему важно признание?
- \* Чем грозят страх и стресс?
- \* Как награда влияет на результативность?
- \* Как правильно ставить перед

# Еда, выпивка и женщины

- Постоянный шум и суета в открытом офисе снижают производительность труда работника на 15% и могут привести к ухудшению его самочувствия на 32%
- Чашка кофе во время работы усиливает мыслительные способности лишь тех, кто занимается математической деятельностью. Работников других сфер деятельности кофе-брейки только расслабляют и снижают работоспособность (и ведут к ссорам)
- Короткие юбки и декольте отвлекают от продуктивной работы. А желание понравиться женщине - скорее лишний стресс для работы, нежели чем стимул работать лучше

# Что больше всего отвлекает?

- Болтливые коллеги/звонки/сообщения
- Внезапные вопросы и поручения
- Неудовлетворенные потребности
- Некомфортные условия работы
- Симпатичные девушки
- Шум и суматоха
- Интернет



# Что мешает работать?

- Откладывание на завтра □  
правило двух минут
- Работа наполовину
- Привычка делать всё одновременно
- «Я сам(а) всё знаю!»
- Привычка делать всё самому

# Почему важно признание?

- Признание дает человеку не только положительный feedback, но и обеспечивает «социальную награду», которая может быть не менее ценна, чем деньги
- Признание и уважение может легко заставить людей чувствовать удовольствие от проделанной работы
- С другой стороны, игнорирование может демотивировать почти также, как и уничтожение работы людей



# Страх и Стресс

Может ли *Страх* мотивировать?

Если да, то как?



От чего может возникнуть стресс во время работы и как его избежать?



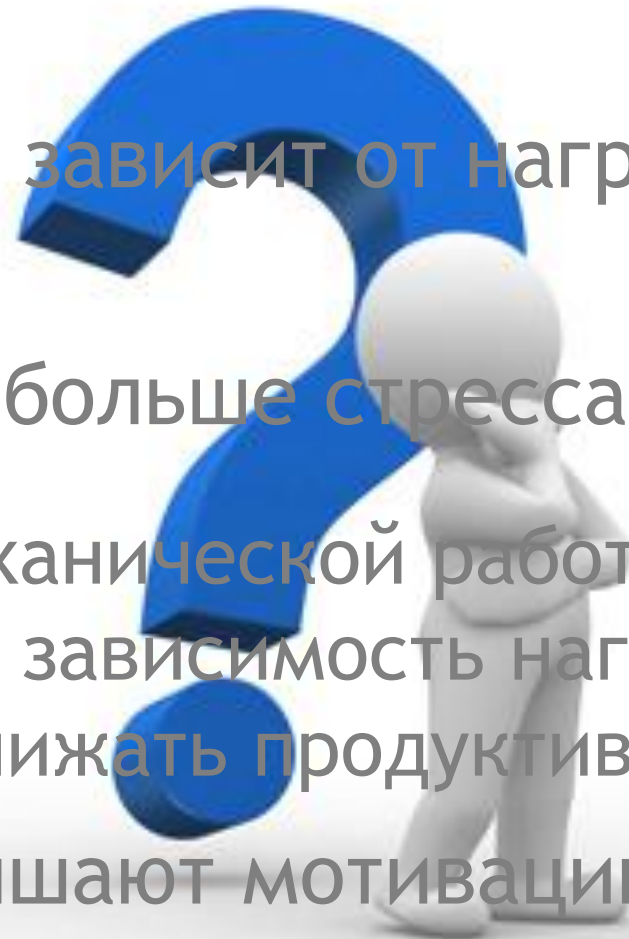
# Награда и Продуктивность

*Бонус:* вознаграждение, зависящее от результата

- Результат нелинейно зависит от награды!

Как влияют бонусы на продуктивность? Ещё больше стресса

- Бонусы хороши при механической работе, но при умственной работе зависимость награды от результата может снижать продуктивность!
- Большие бонусы повышают мотивацию, но способны снизить результативность!



# Публика и Стресс

Важно работать перед группой людей  
влияет на долнительная социальная  
мотивация, которая добавляется к  
фрустрации (т.е. мотивация повышается)

Однако это также может вызвать лишний  
стресс и в итоге результативность *снизится*

Более высокая мотивация *не обязательно*  
означает более высокую производительность!

# □ □ □ Цели □ □ □

- Цель - есть представление, которое человек стремится осуществить
- В понятие цели входит определенное *представление, стремление* к его *осуществлению* и представление о тех *средствах*, коими цель может быть осуществлена

Цели - ступеньки к будущему успеху  
Для чего нужно ставить перед собой цели?  
Мечта - это простое желание, цель - это уже руководство к действию

# «Умные» Цели (SMART)

*Вы должны ставить перед собой:*

- Конкретные цели (S)
- Измеримые цели (M)
- Достижимые цели (A)
- Ориентированные на результат цели (R)
- Цели, соотносимые с конкретным сроком (T)

# «Умные» Цели (SMART)

- Цель должна быть максимально *конкретной* и *ясной*. Степень ее прозрачности определяется однозначностью восприятия
- Цель должна быть *измеримой*, причем критерии измерения должны быть не только по конечному результату, но и по промежуточному
- Необходимо адекватно *оценивать* ситуацию и понимать, что цель *достижима* с точки зрения внешних и внутренних ресурсов, которыми вы располагаете

# «Умные» Цели (SMART)

- Цель должна быть *реалистичной* и *уместной* в данной ситуации, должна вписываться в нее и не нарушать баланс с другими целями и приоритетами
- *Срок* или точный *период* выполнения - одна из главных составляющих цели. Она может иметь как фиксированную дату, так и охватывать определенный период

Примеры!

# Небольшой Кейс

Вам доверили руководство командой индусов-программистов и дали долгосрочный проект на создание мобильных приложений под ios. Но помимо вас такой же проект дали команде китайских программистов под руководством вашего однокурсника. Победит команда, способная наиболее качественно и быстро разрабатывать приложения, при этом не тратя слишком большие деньги на зарплату работникам (для этого их надо мотивировать)

**Ваша задача:**

- Поставить «умные» цели перед вашей командой
- Постараться смотивировать их (не считая з/п)
- Дать «советы» вашему однокурснику по организации рабочего места в его команде так, чтобы подорвать их продуктивность

*На сегодня всё,  
Спасибо за  
Внимание!*