

Dinâmicas de motivação: 4 exemplos para colocar em prática na empresa

Manter o engajamento e o bom desempenho da equipe, muitas vezes, é um desafio, não é mesmo? Dinâmicas de motivação podem ser úteis para isso, você já utilizou essa ferramenta?

A estratégia pode ajudar a lidar com equipes desanimadas, funcionários com baixa produtividade e um ambiente de trabalho negativo. Contudo, as dinâmicas devem ser aplicadas de forma adequada. Afinal, é importante escolher atividades certas para o objetivo que se quer alcançar.

Quer saber mais sobre o assunto? Então continue a leitura e veja 4 exemplos de dinâmicas de motivação que você pode aplicar na empresa!

1. Dinâmica quem sou eu

Essa atividade tem foco na motivação e no autoconhecimento e pode ser feita em grupos presenciais ou de [forma remota](#).

Na dinâmica, os participantes devem responder a uma série de perguntas como:

- Qual é seu propósito?
- Quais são as suas qualidades?
- O que acredita que precisa melhorar?
- Como você se descreveria?
- entre outras afins.

Compartilhe as perguntas com os funcionários, dê um tempo para que cada um pense na resposta e depois organize o grupo para que as respostas sejam intercaladas. Se o encontro for presencial, isso pode ser realizado em um círculo, por exemplo.

Essa ação tem o objetivo de motivar, inspirar os profissionais e gerar empatia e entrosamento entre os membros da equipe.

2. Dinâmica do trem

A atividade ajuda na integração entre a equipe e na comunicação. Contudo, nessa dinâmica de motivação, é necessário ter uma área livre para que os participantes se movimentem.

A ideia é formar um trem, como se cada um dos participantes fosse um vagão. Para isso acontecer, o coordenador da dinâmica deve escolher uma pessoa do grupo e indicar uma qualidade dela, esse participante fica atrás do coordenador dando início à formação do trem e deve escolher outra pessoa, também indicando uma qualidade dela, e assim sucessivamente até que todo o grupo forme o trem.

3. Dinâmica eu queria/eu quero

Essa iniciativa busca demonstrar a relevância de uma postura positiva. A execução é bem simples: o organizador da dinâmica deve pedir para que os participantes pensem em um objetivo a partir da afirmação: “Eu queria”, depois deve falar para eles repetirem a ação, porém, usando o termo: “Eu quero”, como afirmação.

No fim da atividade, o gestor pode falar sobre como uma postura positiva e confiante ajuda no alcance dos objetivos.

4. Dinâmica ilha do tesouro

Essa dinâmica de motivação é excelente para quebrar o gelo em encontros iniciais, animar [equipes desmotivadas](#) e também para demonstrar a importância do trabalho em conjunto.

Para realizá-la, é preciso ter um espaço disponível, algumas folhas de jornal e algum objeto ou prêmio, como uma caixa de bombom, que será a ilha do tesouro.

Comece a atividade organizando o grupo em duplas, posicione as pessoas em uma extremidade da sala, cada dupla fica sobre uma folha de jornal no chão, e o prêmio na outra.

A dinâmica consiste em chegar até a ilha do tesouro sem que nenhum membro da dupla pise fora do jornal e sem dividi-lo. Caso alguma dessas situações aconteça, a dupla será desclassificada.

O organizador precisa estabelecer um tempo para que os participantes encontrem a solução. A ideia é que as pessoas percebam que a melhor maneira de chegar ao destino é se unindo a outra dupla. Nesse caso, os 4 participantes ficam em cima do mesmo jornal, passam a outra folha para frente e seguem nesse processo até chegar ao tesouro.

Essas são algumas dicas de dinâmica de motivação. Vale lembrar que, para ter resultados satisfatórios, é importante ter uma boa gestão de pessoas e planejar ações frequentes. Além dessas atividades, feedback, treinamentos e [pacote de benefícios](#) são estratégias que contribuem para a motivação e o desempenho da equipe.

Gostou das dicas e quer conferir outros conteúdos? Então curta a [nossa página no Facebook](#) para ficar por dentro das atualizações!