

# Мотивационен CQ (Подтик)

Интерес и увереност  
в ефективното  
функциониране в  
културно  
разнообразна среда.



Какви стъпки мога да  
предприема, за да  
общувам по-дълбоко с  
хора от различни  
култури?

Примери:

Поставяне на лични цели за  
културно обучение.

Търсене на разнообразни  
културни взаимодействия.

Посвети се

Ангажирай се

Полагай усилия

Адаптирай се

Мотивирай  
се

# Мотивационен CQ: саморефлексия

Посвети се

Ангажирай се

Полагай усилия

Адаптирай се

Мотивирай се

Доколко съм отдаден на разбирането и приемането на културните различия?



С какви предизвикателства мога да се сблъскам и как мога да продължа да работя въпреки тези препятствия?



Какво ме мотивира да развивам културната си интелигентност?



Какви стъпки мога да предприема, за да общувам по-дълбоко с хора от различни култури?



Доколко съм готов да променя поведението си, за да бъда по-чувствителен към културата?



# Развитие на Мотивационния CQ

## Точки за действие

- **Поставяйте цели:** Създайте си лични цели за културно обучение.
- **Намерете модели за подражание:** Следвайте хора, успели в мултикултурна среда.



## Примери

- Поставяте си за цел да опознавате по една нова култура на месец.
- Следене на културни влиятелни личности в социалните медии.



Ако искате да намерите мотивация да опознаете други култури, прочетете тази [статия на](#) Марта Зелинска.

# Мотивационен CQ: пример

**Ситуация:** Австралийски доброволец работи по проект за развитие на общността в Кения. Доброволецът се чувства изолиран и разочарован поради културните различия и носталгията по дома.

**Как помага мотивационният CQ:** Въпреки предизвикателствата, доброволецът **си поставя лични цели** да научи суахили и да **се ангажира повече с** местната общност. Той се включва в местни събития и **полага усилия да разбере** традициите и ценностите на общността.

**Резултат:** Истинският **интерес и усилията на** доброволеца да опознае културата повишават мотивацията му и подобряват отношенията му с членовете на общността.

