



Veckans Coachtips #270, 20 nov 2017

Motivation behövs inte, eller?

Inspirationsföreläsarens "Vill du så kan du" klingar kanske i dina öron. *Men är det så enkelt alla gånger? Behövs egentligen motivation överhuvudtaget?* Cirka 416 miljoner träffar får du när du googlar "motivation". Vi kan läsa att motivation är en kombination av angelägenhetsgrad (vilja) och tilltro till sin förmåga (kunna). Jag brukar själv prata om *Han Vill* och *Hon Kan*. Om "Vill" är tillräckligt starkt så finner man oftast en väg, ett sätt att göra det på. Vill övertrumfar "Kan". Motivation och *att vilja* verkar vara mantrat...

När du ska göra något, bara gör det!

Motivation är det som väcker upp lusten till handling, att göra något. Motivation är också det som gör att att orkar fortsätta med det du gör för att nå fram till målet. Helt enkelt, svaret på frågan "varför"? Att veta varför man gör det man gör. Motivet bakom aktionen. Kanske skulle det istället heta *motiv-aktion!* Varför inte "lura" lusten och bara "gör det" i säg 10 minuter. Efter 10 minuter inser du att du är igång och kan fortsätta. *Med andra ord - starta - bara gör det!*

Men visst är det spännande, även när du själv vet vad du borde göra, så gör du inte det... Ställ dig frågorna, prata med kollegor, starta nästa möte med frågorna; *Varför går du till jobbet? Varför gör du på det sätt du gör? Vad motiverar dig? Vad motiverar arbetsgruppen och laget?*

Måste man känna till sina och andras motiv?

Alla behöver vi motivation. Eller kan det vara så att du egentligen bara behöver motivation för det som du inte vill göra. Det andra gör vi ändå, *eller?*

Det är när tvivlen kommer **som man behöver tänka på varför man gör det man gör. Det skapar ny kraft, att fortsätta eller att förändra.** Så våga stanna upp i tvivlet, tveka inte på din förmåga, utan fundera istället på vad du gör med din förmåga.

Hur kan du motivera någon annan?

Det snackas mycket om motivation, oftast är det då den yttre motivationen det handlar om; belöningar, bonus, lön, befordran med mera. Inte den inre motivationen, vilken man istället anser är varje persons eget ansvar.

Är det verkligen chefens ansvar att motivera medarbetarna överhuvudtaget? Min övertygelse är att ledaren kan *inspirera medarbetarna* att finna sina motiv. Man har inte det direkta ansvaret att *motivera* dem, men att se till att förutsättningar finns för att motivationen ska infinna sig. Kan du hjälpa medarbetarna med rätt förutsättningar *att finna och upptäcka mer av sin inre motivation och motivationsmönster* kommer också detta ge återsken på verksamhetens framgång. Laget blir då större och starkare än jaget. För att kunna göra detta på bästa sätt får du börja med att utforska din egen motivation. Som så ofta utgår vi från oss själva som norm. Samma sak med motivation. Vi har en tendens att motivera andra så som vi själv vill bli motiverade.

Bli nyfiken på dina och andras "varför" och finn dina kraftfulla "*därför vill, kan, måste och vågar jag göra*". *Bara gör det...*

Tipset är från **Veckans Coachtips** med Kenth Åkerman.
www.kenthakerman.com - do CHANGE concrete.
Kopiera gärna och sprid så länge källan kvarstår.

(c) Kenth Åkerman, 2017