

19

Azimet

poletje 2012

Revija UniCredit Bank

Intervju

Stefan Vavti,
predsednik uprave UniCredit Bank

Mednarodni intervju

Selma Prodanović

Mentorstvo v podjetjih

Učimo loviti ribe

Kako motivirate
sebe?



Matjaž Čadež,
Halcom



**Mag. Brigita
Oplotnik Rajh,**
Pivovarna Laško



Jurij Sadar,
Sadar + Vuga



Jernej Pirc,
BNI Adria

čut

Notranja palica in korenček

Zoran Milivojević, dr. med., psihater in psihoterapevt

Če je človek za nekaj motiviran, pomeni, da ta cilj dojeva kot pomemben. Kolikor pomembnejši je cilj, toliko večja je človekova motiviranost. Motivirani vedno težijo k uresničenju svojih potreb in želja. Pri tem volja, da so potrebe tisto, brez česar ne moremo živeti, če jih ne zadovoljimo, z nezadovoljenimi željami pa nam je življenje samo neprijetno. Zato potrebe moramo zadovoljiti, želja pa nam ni treba. Kadar pozabimo na to, mislimo, da moramo zadovoljiti tudi želje.

Glavni način, kako motiviramo druge, je, da se z njimi pogovarjamo in neki cilj predstavimo kot zelo pomemben in koristen. Pri tem motivacija ni samo pozitivna, ampak je tudi negativna. Ljudje niso motivirani samo za to, da nekaj dosežejo, ampak tudi za to, da preprečijo kaj negativnega. V tem primeru neuspeh pri doseganju določenega cilja predstavlja o nekaj negativnega, nekaj, kar je v nasprotju z željami in vrednotami. Stara zgodba o nagradi in kazni, korenčku in palci. Na enak način ljudje motiviramo sebe. Zamisljamo si vse, kar bo dobrega, ko pridemo na cilj, in vse, kar bi se lahko zgodilo, če cilja ne bi dosegli. Tako v sebi ustvarjamo čustva – prijetna in neprijetna, energijo, ki nas poganja in nam daje moč, da nadaljujemo do konca. Pri tem obstajajo individualne razlike: nekateri se motivirajo bolj pozitivno, drugi negativno. Ti drugi bolj poudarjajo negativne stvari, ki jih morajo preprečiti, tako da so pogosto zaskrbljeni, imajo tremo, so tosnobni, prestrašeni. Je pa negativna motivacija močnejša od pozitivne. Ko si neuspeh predstavljamo kot popolno katastrofo zase ali za svojo družino, ko doseganje cilja postane vprašanje življenja in smrti, preživetja, torej nekaj najpomembnejšega – potem se do skrajnosti potrudimo.

Delovanje na meji zmognosti vseeno ne more trajati dolgo, ker ljudje nismo superheroi. Tisti, ki veliko delajo, se tudi utrudijo in potrebujejo počitek. Romunski pregovor celo pravi, da tisti, ki se ne zna spočiti, ne zna niti delati. Nismo stroji, ki morajo biti ves čas v pogonu, ki morajo, ko se ustavijo, takoj najti kaj, kar jih znova požene v akcijo. Treba je slediti naravnemu ciklusu, v katerem se menjavata aktivnost in pasivnost. To pomeni, da si je treba priznati, da smo izčrpani, če smo zaradi izrednih razmer v službi več tednov ali mesecev naporno delali, in da zato potrebujemo tudi nekliko več časa za počitek, da se spet vrnemo v energetsko ravnovesje. Skrb zase je veliko pomembnejša od samomotivacijskih trikov.



Matjaž Čadež,
predsednik upravnega odbora,
Halcom

Dvig adrenalina

«V podjetju, ki si ga ustanovi in ga vodi, velikokrat kažeš priložnostno vso energijo. Potem nenadoma pride šla večji problem, ki ti tako dvigne adrenalin, da se ti prvi problem zdaj zanemarljivo majhen. Šele sedaj, v podjetju, ko dosti bolj sam, razumen gospod Krajčovič, strokovnjak za podjetništvo, ki mi je nekako povečala, da so direktorji kot dojenčki – zbujajo se na ove uri in jokajo.»



Mag. Brigita Oplotnik Rajh,
direktorica finančne službe,
Pivovarna Laško

Odsklop od vsakdanjosti

«Kakor mnogim se tudi meni včas zgodi, da mi zmanjka moči, volje, strasti za delo. Ki ga sicer rada opravim. V današnji družbi, ki je zasnovana s hitrim tempom življenja, se posameznik velikokrat izgubi v vrtilu vsakodnevnih obveznosti in ob tem pogosto pozabi na smisel svojih dejanj. Zato ja pomembno, da se človek za trenutek ustavi, ovrednoti svoje dosežke in s tem, da si zada nove cilje, znova napije voljo in motivacijo za naslednje delo. Sama nove zveze potiskam tako, da se za trenutek časi odločim od vsakodnevnega dogajanja in si vzamem čas za razmišljanje brez pretrganega pritiska.»



Jernej Pirč,
direktor,
BNI Adria

Pogovor z mentorjem ali ženo

«Izhajam iz zdravniške družine, v kateri je bila pomoč drugim posebna vrednota. Sedaj poslovno delujem v mednarodni organizaciji, v kateri je naša temeljna vrednota, da podpiramo drug drugemu pomagamo za skupno dobro. Verjamem, da mora vsak dober vođa imeti mentora, ki mu pomaga, in da je vsak dober vođa tudi mentor ter pomaga drugim. Pomembno se mi zdi, da poznamo svoje občutke in se jih zavedamo. Tako lahko zaznamo trenutke, ko nam zmanjka motivacije. Sam takrat poskušam ponuditi pri svojih obeh mentorjih ali pa ženi, ki je tudi moja poslovna partnerka. Na srečo nikoli ne zmanjka motivacije obema hkrati.»



Jurij Sadar,
soustavovitelj in arhitekt,
Sadar + Vuga

Partija tenisa

«Pri mojem delu je osnovna motivacija kvaliteten arhitekturni izdelek, ki zadovolji naročnika in mu ponuja izjemno udobje in ugodje tako v domačem kot poslovnem okolju. Pomemben pa je tudi poslovni motiv biroja, saj so le tako ustvarjeni pogoji za kreativno delo. Poleg uspehov je tudi veliko razočaranj: porazi na naložbah, usamljeni projekti, težave pri gradnji, poslojne siske. Mentor za je to del našega poklica in s tem se je treba spopasti. Sport je zame zelo pomemben in še vedno poskušam večkrat na teden najti čas za partijo tenisa, pri čemer je poleg družbenja in sprostitve zmagati vedno pomemben element. Če hočeš zmagati, si moraš to želiti in se potruditi – ne glede na to, kdo je tvoj tekmelec. In prav občutek ob zmagi in porazu pri sportu te vedno znova spodbuja, da pač vedno obstajata obe možnosti in da je vse odvisno samo od tebe samega.»

Kako

motivirate sami sebe?

