

ONKO TÖIHIN MOTIVOITUMINEN KESÄN JÄLKEEN VAIKEAA?

Uusi kirja *Opas yksilölliseen motivaatioon* auttaa kohdentamaan voimavarat oikeisiin asioihin

Oletko koskaan pohtinut, mikä sinua motivoi? Mitkä asiat työssä tuntuvat sinusta mukavilta tai hauskoilta, mitkä eivät? Mikä on työssäsi parasta ja mikä huonointa? Mikä on sinulle tärkeintä?

Kesäkuussa ilmestynyt kirja, *Opas yksilölliseen motivointiin – 16 perustarvetta johtamisen apuna*, kannustaa miettimään, mikä meitä kutakin innostaa ja ajaa eteenpäin elämässä. Yksilöllistä motivaatiotietoa voidaan nimittäin hyödyntää monella elämän alueella aina itsensä johtamisesta tiimien ja organisaatioiden johtamiseen, sopivien työtehtävien löytämiseen, valmennukseen, elämäntapamuutoksiin ja parisuhdekysymyksiin saakka.

Kirja perustuu psykologian professorin Steven Reissin teoriaan elämän 16 perustarpeesta. Reissin teoria ei ole pelkästään *ensimmäinen empiirisesti kehitetty tieteellinen näkökulma motivaatioon*, vaan myös jokaisen käyttöön sopiva, elämänlaadun parantamisen työkalu. Elämän perusmotiivit ovat universaaleja ja motivoivat kaikkia ihmisiä, ja niitä ovat muun muassa ruoka, turva, toisten ihmisten seura, voittaminen ja valta.

Kirjan ovat kirjoittaneet **Päivi Mayor** ja **Marjo Risku**. *Päivi Mayor* on toimitusjohtaja RMP Nordic Oy:ssä ja Suomen Motivaatiotalossa, joka edustaa Reissin teoriaa ja sen sovelluksia Suomessa. Hän on tuonut Reiss Motivaatioprofiilin Pohjoismaihin. *Marjo Risku* työskentelee valmennus- ja kehittämiskonsulttina Romana Management Oy:ssä. Uransa aikana hän on toiminut sekä esimiehenä että asiantuntijatehtävissä.

Mayor ja Risku painottavat, että motivaatioteorian ytimessä ovat yksilöllisyys ja arvoperusteisuus: Reissin perustarveteoria ottaa huomioon, että ihmiset motivoituvat eri asioista ja että motiivien voimakkuus vaihtelee yksilöittäin. *Motiivien perusteella voidaan myös ennustaa käyttäytymistä*. He ovat kirjassaan havainnollistaneet esimerkein, miten perusmotiiveihin liittyvää tietoa voidaan hyödyntää työelämässä. Oman motivaatioprofiilin ja ymmärryksen lisäksi kannattaa viivähtää sen äärellä, mikä kollegoita, tiimiläisiä, yhteistyökumppaneita ja kenties omaa esimiestä motivoi.

Hyviä apukysymyksiä ovat esimerkiksi seuraavat:

- Mitkä asiat työssä tuntuvat mukavilta ja mitkä eivät?
- Mikä täsmälleen ottaen on työssäni parasta, minkälaiset hetket ja miksi?
- Ovatko odotukseni toteutuneet ja jos ovat, niin missä määrin?
- Mitä tarvitsen ollakseni tyytyväisempi ja toimintakykyisempi työssäni?

Mitä motivaatiotiedolla sitten saadaan aikaan? Onnistumisen ja tyytyväisyyden tunteita, tehokkuutta sekä parempaa johtamista, toteavat Mayor ja Risku. Hyvä johtaminen tarkoittaa, että esimies kykenee huomioimaan johdettavansa yksilöinä. Tehokas yksilöllinen motivoituminen puolestaan on sitä, että yksilö tuntee sekä omat motiivinsa että kollegoidensa yksilölliset motiivit ja pystyy antamaan itselleen ja muille edellytykset toteuttaa mahdollisimman montaa vahvaa motiivia samanaikaisesti.

"Kun motiivimme, tavoitteemme ja elinolosuhteemme vastaavat toisiaan, koemme tyydytystä ja olemme motivoituneita", kirjoittajat tähdentävät. Tottahan se on, motivoituina olemme erityisen tehokkaita ja luovia, ja työntekeä tuntuu vaivattomalta. Motivaatio ja innostus ovat elintärkeitä yksilöiden ja organisaatioiden mutta koko kansantaloutemme tulevaisuuden kannalta!

Lisätietoa:

Päivi Mayor, paivi.mayor@rmp-nordic.com, 0400 545 747 ja
Marjo Risku, marjo.risku@romana.fi, 040 136 2803
sekä kustannustoimittaja Hanna Virusmäki, hanna.virusmaki@talentum.fi, 040 342 4759

Arvostelukappalepyynnöt: kirjat@talentum.fi

Päivi Mayor & Marjo Risku

OPAS YKSILÖLLISEEN MOTIVOINTIIN

16 perustarvetta johtamisen apuna

ISBN 978-952-14-2486-1

ISBN 978-952-14-2487-8 (sähkökirja)

ISBN 978-952-14-2488-5 (verkkokirja)

256 s., 49 €

Talentum

Mediayhtiö Talentum tarjoaa ammattilaisille lehtiä, ammattikirjoja, seminaareja ja online-palveluita. Talentumin tuottamat mediasisällöt perustuvat vahvaan osaamiseen ja journalistiseen ammattitaitoon.

Osoite: Itämerenkatu 23, 00180 Helsinki
Puhelin: 020 442 4100
www.talentum.com, www.talentum.fi

