

Exempel på Motivatorer

Yttre motivatorer är drivkrafter som kommer utifrån, som till exempel belöningar eller straff, snarare än från en aktivitet i sig själv. Exempel på yttre motivatorer inkluderar pengar, beröm, erkännande, status, bonusar eller rädslan för straff.

Den yttre motivationen kan hjälpa till att sätta igång beteenden eller göra uppgifter som inte är roliga mer hanterbara.

Må bra

Ordning och reda

Struktur

Vi upplevs ofta som:
Formella
Reserverade
Noggranna
Inlyssnande
Byråkratiska

Vi motiveras ofta av:
Våra uppgifter
Bra processer
Struktur

Vi passar bäst i:
Analyserande roller
Programmering/IT
Jobba med siffror

Vi kommunicerar:
Avvaktande
Läser gärna in sig
Formellt

Vi kan träna på:
Hantera konflikter
Vara spontan
Sociala koder

Vi upplevs ofta som:
Egoistiska
Dominanta
Styrande
Aggressiva
Formella

Vi motiveras ofta av:
Styra och ställa
Struktur
Våra uppgifter

Vi passar bäst i:
Ledande roller
Genomförande
Analysera

Vi kommunicerar:
Kortfattat
Beslutsamt
Dominerande

Vi kan träna på:
Sociala koder
Empati
Lyssna

Status

Omtanke

Vi upplevs ofta som:
Formella
Reserverade
Noggranna
Inlyssnande
Byråkratiska

Vi motiveras ofta av:
Våra uppgifter
Bra processer
Struktur

Vi passar bäst i:
Analyserande roller
Programmering/IT
Jobba med siffror

Vi kommunicerar:
Avvaktande
Läser gärna in sig
Formellt

Vi kan träna på:
Hantera konflikter
Vara spontan
Sociala koder

Vi upplevs ofta som:
Egoistiska
Dominanta
Styrande
Aggressiva
Formella

Vi motiveras ofta av:
Styra och ställa
Struktur
Våra uppgifter

Vi passar bäst i:
Ledande roller
Genomförande
Analysera

Vi kommunicerar:
Kortfattat
Beslutsamt
Dominerande

Vi kan träna på:
Sociala koder
Empati
Lyssna

Exempel på yttre motivatorer

Belöningar: Få pengar, bonusar, priser eller förmåner.
Undvikande: Göra något för att undvika straff, kritik eller obehag.
Sociala faktorer: Söka status, beröm, eller socialt erkännande.
Krav: Agera för att leva upp till förväntningar från andra eller känna sig tvungen.

Affärsmässighet	Ambition	Annorlunda
Anpassningsbara	Ansvar	Balans (hem/arbete)
Beröm	Byråkrati	Delaktighet
Effektivitet	Ekonomisk stabilitet	Ekonomisk vinning
Engagemang	Entreprenörskap	Entusiasm
Erkänsla	Etik	Excellens
Familj	Flexibilitet	Framgång
Framtida generationer	Frihet	Fritid
Förnyelse	Förtroende	Gemenskap
Generositet	Göra skillnad/något betydelsefullt	Humor/glädje
Långsiktig hållbarhet	Hälsa	Initiativ
Innovation	Integritet	Intuition
Jämlikhet	Karriär	Kommunikation
Kompetens	Kostnadsmedveten	Kreativitet
Kul på jobbet	Kundorienterade	Kunskap
Kvalitet	Laganda	Ledarskap
Lojalitet	Långsiktighet	Lärande
Lösningsorienterade	Makt	Medkänsla
Miljömedvetenhet	Mod	Målinriktad
Mångfald	Noggrann	Nyfikenhet
Nöjdhet	Omtanke	Passion
Personlig utveckling	Positiv attityd	Prestation
Prestigelös	Produktivitet	Professionalism
Pålitlighet	Relationer	Respekt
Resultatinriktad	Risktagande	Rättvisa
Samarbete	Affärs-,Kund-,Samh-nytta	Service
Självdisciplin	Självförtroende	Självförverkligande
Självständighet	Solidaritet	Status
Stolthet	Ständigt lärande	Säkerhet/Trygghet
Tillfredsställelse	Tillit och förtroende	Tillväxt
Tolerans	Tradition	Transparens
Trovärdighet	Tålamod	Tävlingsinriktad
Utbildning	VärdeUtveckling	Viljestyrka
Vishet	Välfärd	Välstånd
Vänskap	Värme	Ärlighet
Ödmjuk	Öppen kommunikation	Öppenhet

Inre motivatorer är drivkrafter som kommer inifrån en individ och gör att man utför en aktivitet för att den är intressant, rolig eller meningsfull i sig själv, snarare än för externa belöningar. Dessa drivkrafter kopplas ofta till känslö- och självbildmässiga behov som autonomi (frihet), kompetens (att behärska något) och syfte (känslan av att bidra till något större).

Exempel är att lösa ett pussel för glädjen i att göra det, eller att engagera sig i en hobby för passionens skull.

Ha kul

Kärleksfullt stöd

Gör varandra bra

Vi upplevs ofta som:
Varma
Avvaktande
Känsliga
Inlyssnande
Informella

Vi motiveras ofta av:
Goda relationer
God stämning
Vackra saker

Vi passar bäst i:
Värdande roller
Formgivande
Jobba med människor

Vi kommunicerar:
Mjukt & varmt
Inlyssnande
Frågar gärna

Vi kan träna på:
Hantera konflikter
Ta plats och genomföra
Tydlig kommunikation

Inre motivation skiljer sig från yttre motivation

Inre motivation: Handlar om den inneboende tillfredsställelsen av själva aktiviteten, t.ex. att lära sig något nytt för att man tycker det är roligt.

Yttre motivation: Drivs av externa belöningar som lön, beröm, betyg eller rädslan för straff.

Inre motivation anses ofta vara en starkare och mer hållbar drivkraft, som bland annat leder till bättre prestationer och större engagemang.

Vi upplevs ofta som:
Idérika
Spontana
Pratsamma
Ostrukturerade
Informella

Vi motiveras ofta av:
Goda relationer
Omväxling & frihet
En intressant vision

Vi passar bäst i:
Skapande roller
Säljare/Marknad
Jobba med människor

Vi kommunicerar:
Engagerat, inspirerat
I stora drag
Ofta

Vi kan träna på:
Lyssna på andra
Höja strukturkapitalet
Skapa processer