

Dove c'è cambiamento serve motivazione

scritto da Lavinia Furlani | 2 Febbraio 2021



"Non si deve lottare solo per cercare importatori e vendere, devi anche lottare per "tenerti" i clienti i quali si aspettano miracoli, ed alle prime difficoltà "chiudono i rubinetti" o si ritirano dal "progetto" costituito. E in più i titolari delle aziende con cui collaboro sembrano non capire che il mercato è cambiato e che dobbiamo modificare qualche azione. Mi sembra di fare sacrifici enormi, scalare montagne, inventarmi nuove modalità per poi partorire un topolino. Lo confesso: comincio ad essere stanco, anche se da sempre sono un ottimista".

Questo l'estratto di una mail ricevuta da un Export Manager. Come biasimarla? Come non sentirsi solidali con lui?

Ma allora che cosa possiamo fare per recuperare fiducia? Per trovare un senso in quello che quotidianamente stiamo facendo per far ripartire il nostro lavoro?

Nei momenti di incertezza come quello che stiamo vivendo, le certezze vanno ricercate dentro di noi.

La motivazione è necessaria in ogni ambito che si confronti con l'imprevedibilità e il cambiamento, o nelle equivalenti situazioni e dove nessuno ci può dare delle coordinate, dove solo noi possiamo fare il primo passo per il cambiamento.

La motivazione è la capacità di muoversi verso qualcosa con determinazione e costanza.

L'auto-motivazione è la capacità di motivare se stessi per affrontare le sfide quotidiane che caratterizzano i diversi ambiti della nostra vita.

Non possiamo pensare che sia sempre uno stipendio a motivarci, o che sia un bravo datore di lavoro a stimolarci, o i nostri importatori con i loro ordini.

È fondamentale che qualcosa si generi direttamente da noi. Altrimenti abbiamo fallito in partenza e rimarremo fermi.

Questa abilità dipende dalla **gestione emotiva**: la capacità di influenzare e gestire in autonomia le proprie emozioni, perché **l'auto-motivazione riguarda la propria "intimità"**.

È un'abilità che non dipende dalle circostanze, può da queste essere stimolata, ma ha a che fare direttamente con la nostra visione del mondo e con la relazione con se stessi.

Il mondo del vino richiede auto-motivazione, infatti si tratta di un ambito nel quale "le persone" sono il principale protagonista, più che il vino che ne è l'espressione. Come si può allenare? Proprio sviluppando autodisciplina e gestione emotiva.

Ecco alcuni consigli:

- Prima cosa impara a riconoscere i tuoi limiti e in quale circostanza professionale ti è richiesta auto-motivazione.
- Nel quotidiano esercitati al lavoro facendo chiarezza

sui risultati che vuoi raggiungere in un determinato periodo e impegnati per realizzarli.

- Cerca di trovare i valori del tuo lavoro: che cosa ti fa trovare il senso in quello che fai?
- Annota cosa trovi più difficile fare e cosa più facile: essere costanti, gestire la tua parte emotiva (timori, entusiasmo...), essere intransigente con te stesso o indulgente
- Indica tutte le opportunità e i benefici che otterresti affrontando la situazione
- Immagina che tutto sia andato esattamente come speravi. Come ti vedi? Come ti senti? Cosa hai ottenuto? Cerca di visualizzare te stesso in questo nuovo contesto.

Dopo questa fase di consapevolezza si possono attivare le risorse necessarie per allenare la propria motivazione, che non è un “dovere” ma è la naturale conseguenza di un esercizio fatto quotidianamente.

E voi, cosa fate per auto-motivarvi, soprattutto in questa fase?