

Motivationen förvandlar en avsikt till handling.

Har du tänkt på vad som får dig att försöka uppnå något nytt? När en människa får välja fritt, grundar sig hans verksamhet på motiv, det vill säga orsaker att göra vissa saker.

Motivationen är en kraft som får oss att agera. Motivationen omvandlar orsaker och avsikter till handling. Motivationen är en fantastisk drivkraft!

När frivilliga har fått frågan vad som motiverar dem, har de svarat till exempel:

- Viljan att hjälpa eller verka för en god sak
- Känslan av att göra något nyttigt
- Möjligheten att få lära sig något nytt
- Möjligheten att träffa nya människor
- Önskan att delta i samhället
- Plikt-känsla
- Önskan att hitta "sin grej"

Din orsak till att bli frivillig kan vara något helt annat. Du kan inte känna eller svara fel!

När du reflekterar över dina egna motiv kan du hitta ett sätt att vara frivillig som passar just dig.

Du kan till exempel skriva ner eller rita en bild av vad som motiverar dig just nu. Senare kan du gå tillbaka till dina tankar och se om dina motiv har förändrats eller om du har hittat nya motivationskällor.

Motiven kan förändras under livets gång. Detta händer ofta. Till exempel är unga mer intresserade av nya erfarenheter än genomsnittet, medan seniorer ofta är intresserade av att dela med sig av sina kunskaper. Men alla är vi individer.

Vissa motiv kan å andra sidan vara mycket bestående – som önskan att träffa andra människor, tillhöra en grupp och bli accepterad. Det här är mycket mänskliga egenskaper och de kallas sociala och gemensamma motiv.

Verksamhet som är motiverad ger ofta glädje.

Det finns två typer av motivation. Den yttre motivationen kommer från belöningar och respons, som pengar eller beröm. Den inre motivationen uppstår i var och en själv. Då njuter människan särskilt av att göra saker och uppnå mål.

Inre känslor, såsom känslan av samhörighet, upplevelsen av meningsfullhet och glädjen av att hjälpa, är viktiga skäl för många människor att delta i frivilligverksamhet.

