

# Motivazioni

Perché faccio quello che faccio?

Edward T. Welch

COLLANA

---

RISORSE PER CAMBIARE

---



Alfa & Omega

ISBN 88-88747-21-4

Titolo originale:

*Motives: "Why Do I Do the Things I Do?"*

Per l'edizione inglese:

© Edward T. Welch, 2003

Pubblicato dalla P&R Publishing Company

Phillipsburgh, New Jersey, USA

Per l'edizione italiana:

© Alfa & Omega, 2005

Casella Postale 77, 93100 Caltanissetta, IT

E-mail: [info@alfaomega.org](mailto:info@alfaomega.org)

Sito Web: [www.alfaomega.org](http://www.alfaomega.org)

Pubblicato con permesso concesso dalla Presbyterian  
& Reformed Publishing Co.

Tutti i diritti riservati. È vietata la riproduzione, anche  
parziale, con qualsiasi mezzo effettuata, non autorizzata

Traduzione e adattamento: Mara Sella

Revisione: Andrea Ferrari

Tutte le citazioni bibliche, salvo diversamente indicato,  
sono tratte dalla versione "Nuova Riveduta"

Noi uomini siamo complicati. Siamo stati paragonati agli *iceberg* (c'è più superficie nascosta di quella esposta) e alle cipolle (con molti strati). Le azioni che compiamo sono composte dai comportamenti che si possono osservare e dalle motivazioni che non si vedono. Un collega può sembrarci molto cordiale, mentre sotto sotto sta solo cercando di farsi strada per arrivare più in alto. Un'amica può apparire indifferente quando le confidi una cosa triste, ma è così solo perché ha paura di dire una cosa sbagliata che potrebbe ferirti di più. Un ragazzino gioca a calcio dimostrandosi molto sicuro di se stesso quando, in realtà, sta solo facendo scena per compiacere suo padre che vuole vederlo primeggiare, ma nessuno si accorge che vive soggiogato dall'atteggiamento dispotico di suo padre.

Le nostre azioni raccontano una storia, mentre le nostre intenzioni potrebbero dirne un'altra. Dietro a "quello che facciamo", come le nostre parole o le nostre azioni, c'è sempre il "perché lo facciamo", ossia le nostre motivazioni. È probabile che abbiate considerato alcuni dei "perché" del vostro comportamento: «Perché non ho chiesto indicazioni? Perché ho sposato quella persona?

Perché ho scommesso alle corse tutto il mio stipendio?». E, una volta ogni tanto, domande anche più profonde bussano alla nostra mente: «Perché vivo? Qual è lo scopo della mia vita?». O, più genericamente: «Perché faccio quello che faccio?».

Di solito, queste domande sorgono in noi quando abbiamo motivo di rimpiangere qualcosa che abbiamo fatto; altrimenti tendiamo a relegarle ai margini della nostra vita. Lo scopo di questo libretto è di considerare più da vicino il perché di quello che facciamo.

## **Le motivazioni sono importanti**

Anche se non sempre ci pensiamo, le motivazioni sono importanti. È per le loro motivazioni che amiamo Robin Hood e odiamo lo Sceriffo di Nottingham: Robin Hood sarà anche stato un fuorilegge, ma noi consideriamo nobili le sue motivazioni.

Se un marito s'incontra con la migliore amica della moglie per discutere un'idea per un regalo per la sua compagna lo approveremo, ma se il suo motivo fosse di tastare il terreno per una possibile relazione extraconiugale lo disprezzeremo. I genitori non si aspettano un'obbedienza forzata e di malavoglia da parte dei loro figli. Ciò che interessa loro è l'atteggiamento del bambino, ossia la sua motivazione. Ai genitori importa che cosa fanno i figli e perché lo fanno.

Oppure, si consideri la triste realtà delle dipendenze: sia che si tratti di cibo, di sesso, di droga o di alcolici, la dipendenza sembra automatica. La persona dipendente è prigioniera, schiava. Chiedere perché può apparire sciocco come chiedere perché ci viene il raffreddore! Eppure anche in questo caso le motivazioni sono importanti. Nascosti dietro una dipendenza vi sono bisogni e desideri. Chi è dipendente è schiavo, tuttavia, in qualche modo, ha scelto di esserlo in quanto è motivato a continuare la propria dipendenza perché essa gli dà conforto, piacere, potere, libertà dal dolore, vendetta, autonomia, e così via. Ignorare queste possibili motivazioni significherebbe abbandonare le persone alla mercé delle concupiscenze che le dominano. Anche quando subiscono l'astinenza o esercitano l'autocontrollo i loro sforzi non basteranno a cambiare le loro motivazioni fondamentali.

Questi esempi ci fanno capire che le motivazioni non solo sono importanti, ma in molte situazioni esse *devono* essere manifestate per essere cambiate, perché se le nostre motivazioni non cambiano *noi* non cambieremo.

## Esempi di motivazioni

Una lista di possibili motivazioni sarebbe infinita, ma ce ne sono una dozzina che sono molto comuni e principali. Per scoprire quali sono le cose che vi

motivano, ponetevi le seguenti domande: «Perché faccio ciò che faccio? Che cosa mi spinge a farlo?». Ancora meglio, chiedetevi: «Che cosa voglio veramente? Se non potessi avere... sarei infelice?». Ecco alcune delle risposte tipiche:

- piacere;
- potere;
- libertà/autonomia;
- pace;
- amore/intimità;
- felicità;
- importanza/reputazione;
- conforto/consolazione;
- rispetto/ammirazione;
- significato/valore;
- controllo;
- successo.

Probabilmente siete stati motivati da tutte queste cose in varie circostanze, ma per alcuni di noi certe motivazioni hanno un peso particolare. Ecco alcuni esempi: l'impiegato che è sempre in ritardo e sparisce quando c'è da lavorare può essere motivato dalla ricerca della propria comodità; la moglie che si sente umiliata quando un ospite inatteso vede la sua casa in disordine è motivata dalla sua reputazione; il padre i cui figli sono spaventati e la cui moglie è sempre cauta desidera il potere in fami-

*Stai visualizzando un'anteprima del libro,  
per questo motivo alcune pagine non sono disponibili*

*Acquista l'edizione completa in libreria  
o sul sito web dell'editore  
[www.alfaeomega.org](http://www.alfaeomega.org)*