

Unsere „Antreiber“ – innere Motivatoren

Du erhältst auf den folgenden beiden Seiten insgesamt 50 Statements (im Buch Kapitel 13). Diese schätzt Du in Bezug auf Dein Verhalten am Arbeitsplatz ein.

Jede Aussage kannst Du zwischen 1 und 5 bewerten. Bewerte diese nach folgenden Vorgaben:

Die Aussage trifft auf mich in meinem beruflichen Umfeld zu:

- Voll und ganz = 5
- Gut = 4
- Etwas = 3
- Kaum = 2
- Gar nicht = 1



Antworte bitte spontan aus dem Gefühl heraus und mache in die betreffende Spalte unter der entsprechenden Zahl ein Kreuz.

Mache Deine Auswertung erst, wenn Du alle Statements bewertet hast.

	5	4	3	2	1
1. Wenn immer ich eine Arbeit mache, mache ich sie äußerst gründlich					
2. Ich bin dafür verantwortlich, dass diejenigen, die mit mir zu tun haben, sich wohlfühlen					
3. Ich bin ständig auf Trab. Alles muss schnell gehen					
4. Anderen gegenüber zeige ich meine Schwächen nicht gerne					
5. Meine Devise: „Wer rastet, der rostet.“					
6. Häufig sage ich: „So einfach kann man das nicht sagen“					
7. Ich sage und mache oft mehr, als nötig wäre					
8. Ich habe Mühe, Leute zu akzeptieren, die nicht genau sind					
9. Es fällt mir schwer, Gefühle zu zeigen					
10. „Nur nicht locker lassen“, ist meine Devise					
11. Wenn ich eine Meinung äußere, begründe ich sie auch					
12. Wenn ich einen Wunsch habe, erfülle ich ihn mir schnell					
13. Ich liefere einen Bericht erst ab, wenn ich ihn mehrmals überarbeitet habe					
14. Leute, die herumtrödeln, regen mich auf					
15. Es ist mir wichtig, dass andere mich akzeptieren					
16. Ich bin eher der Typ „Harte Schale, weicher Kern“					
17. Ich versuche herauszufinden, was andere von mir erwarten, um mich dann danach zu richten					

	5	4	3	2	1
18. Leute, die unbekümmert in den Tag hineinleben, kann ich nur schwer verstehen					
19. In Diskussionen unterbreche ich den anderen oft					
20. Ich löse meine Probleme selbst					
21. Aufgaben erledige ich möglichst rasch					
22. Im Umgang mit anderen bin ich auf Distanz bedacht					
23. Ich sollte viele Aufgaben noch besser erledigen					
24. Ich kümmere mich persönlich auch um nebensächliche Dinge					
25. Erfolge fallen nicht vom Himmel, ich muss sie hart erarbeiten					
26. Für dumme Fehler habe ich wenig Verständnis					
27. Ich schätze es, wenn andere meine Fragen kurz und bündig beantworten					
28. Es ist mir wichtig, von anderen zu erfahren, ob ich meine Sache gut gemacht habe					
29. Wenn ich eine Aufgabe begonnen habe, führe ich sie auch immer zu Ende					
30. Ich achte mehr auf die Bedürfnisse anderer und stelle meine eigenen zurück					
31. Ich bin zu anderen oft hart, um nicht verletzt zu werden					
32. Ich trommle oft ungeduldig mit den Fingern auf den Tisch					
33. Beim Erklären des Sachverhalts verwende ich gerne Aufzählungen: Erstens,...zweitens, drittens					
34. Ich glaube, dass die meisten Dinge nicht so einfach sind, wie viele meinen					
35. Es ist mir unangenehm, andere Leute zu kritisieren					
36. Bei Diskussionen nicke ich häufig mit dem Kopf					
37. Ich strenge mich an, meine Ziele zu erreichen					
38. Mein Gesichtsausdruck ist eher ernst					
39. Ich bin ruhelos, nervös und manchmal hektisch					
40. So schnell kann mich nichts erschüttern					
41. Meine Probleme gehen andere nichts an					
42. Mir geht es oft zu langsam, aus diesem Grund treibe ich andere oft an, damit es vorwärts geht					
43. Ich sage oft: „Genau, exakt, klar, logisch, selbstverständlich“					
44. Ich sage oft: „Das verstehe ich nicht...“					
45. Ich sage eher: „Könnten Sie es nicht einmal versuchen“, als „versuchen Sie einmal“.					
46. Ich bin diplomatisch					

	5	4	3	2	1
47. Ich versuche, an mich gestellte Erwartungen zu übertreffen					
48. Ich mache manchmal 2 Dinge gleichzeitig					
49. „Auf die Zähne beißen“, heißt meine Devise					
50. Trotz enormer Anstrengungen will mir vieles einfach nicht gelingen					

Auswertung

Zur Auswertung des Fragebogens übertrage bitte Deine Bewertungszahlen für jede entsprechende Fragennummer auf den folgenden Auswertungsschlüssel. Addiere dann die Bewertungszahlen in einer waagerechten Spalte des jeweiligen Antreibers und trage die Summe in der Spalte ganz rechts unter „Total“ ein.

Sei perfekt

Fragen

	1	8	11	13	23	24	33	38	43	47	total

Mach schnell

Fragen

	3	12	14	19	21	27	32	39	42	48	total

Streng Dich an

Fragen

	5	6	10	18	25	29	34	37	44	50	total

Mach es allen Recht

Fragen

	2	7	15	17	28	30	35	36	45	46	total

Sei stark

Fragen

	4	9	16	20	22	26	31	40	41	49	total

Graphische Auswertung der Antreiber-Übung

Um die Ausprägung Ihrer Antreiber graphisch noch sichtbarer zu machen, bitten wir Dich, nun noch die Totalwerte jedes Antreibers in das untenstehende Schema zu übertragen.

Skala	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20	22	24	26	28	30	32	34	36	38	40	42	44	46	48	50
„Sei perfekt!“																									
„Mach' schnell!“																									
„Streng' Dich an!“																									
„Mach' es allen recht!“																									
„Sei stark!“																									
Skala	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20	22	24	26	28	30	32	34	36	38	40	42	44	46	48	50

Wenn bei einem Antreiber, wie im folgenden Beispiel, der Skalenwert **40** übersteigt, darf mit großer Wahrscheinlichkeit angenommen werden, dass dieser Antreiber bei einem Gespräch schon binnen weniger Minuten im Verhalten beobachtet werden kann. Wer 40 und mehr Punkte hat kann davon ausgehen, dass er mit seinem Antreiber eine ausgeprägte Stärke und Schwäche hat. In Stressphasen kann dann der Antreiber leicht das Kommando übernehmen und zu ungünstigem Verhalten führen, z.B. übertriebene Perfektion oder Hektik.

Wenn Deine Punktwerte zwischen 25 und 35 liegen kannst Du davon ausgehen, dass die Stärken und Schwächen Deines Antreibers in einem mittleren Niveau ausgeprägt sind. D.h. nicht, dass Du keine Topleistungen bringen kannst. Du läufst nur nicht Gefahr im Stress von Deinem Antreiber automatisch getrieben zu werden. Im Grunde kannst Du Dich leichter steuern und Dich bewusst z.B. für Perfektion oder Tempo entscheiden.

In Anlehnung an Kälin /Müri „Sich und andere führen“, Ott-Verlag, Thun