**Selbsttest Motivation**

*Kreuzen Sie bei jeder Aussage an, ob sie mehr oder weniger auf Sie zutrifft.*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Aussage | Auf jeden Fall | Trifft eher zu | Weiß nicht | Trifft eher nicht zu | Stimmt nicht |
|  | Wenn etwas funktioniert, sollte man keine Änderungen vornehmen. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|  | Wenn ich eine Arbeit übernehme, dann erledige ich sie gründlich. | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |
|  | Ich bin dafür bekannt, dass ich bekomme, was ich will. | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |
|  | Wenn ich eine Meinung äußere, begründe ich sie auch. | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |
|  | Bei Jobangeboten ist mir der Arbeitsinhalt wichtiger als die Bezahlung. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|  | Ich sage oft: „Genau, exakt, klar oder logisch!“. | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |
|  | Ich habe eine harte Schale und einen weichen Kern. | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |
|  | Ein Lob an der richtigen Stelle motiviert mich sehr. | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |
|  | Ich gehe einer Sache solange nach, bis ich sie ergründet habe. | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |
|  | Ich gebe anderen Menschen nur ungern Anweisungen. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|  | Wenn Neuerungen anstehen, habe ich viele Ideen. | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |
|  | Ich bleibe lieber bei Dingen, die sich bewährt haben. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|  | Selbst etwas zu bewirken, beflügelt mich. | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |
|  | Ich halte Ausschau nach Möglichkeiten, mehr über eine bestimmte Sache zu lernen. | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |
|  | Wenn ich eine Sonderaufgabe erledigen soll, erkundige ich mich zunächst nach den Vorteilen für mich. | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |

**Auswertung:**

Addieren Sie die betreffenden Punkte in jeder Kategorie.

Das Ergebnis trifft auf sie besonders zu, wenn Sie in einer Kategorie 10 oder mehr Punkte haben.

Bei weniger als 6 Punkten trifft das Ergebnis nicht auf Sie zu.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Kategorie | Punkte | Ergebnis |
| Perfektionismus  Addieren Sie hier Ihre Punkte bei den Fragen  2, 4, 6 |  | **+** Sie stellen hohe Ansprüche an Ihre eigene Gründlichkeit und Zuverlässigkeit.  **-** Sie investieren oft zu viel Zeit. |
| Machtwille, Stärke zeigen  Addieren Sie hier Ihre Punkte bei den Fragen 3, 7, 10 |  | **+** Sie übernehmen gerne die Führungsrolle.  **-** Sie haben oft Angst, Fehler zu machen. |
| Neugier  Addieren Sie hier Ihre Punkte bei den Fragen  9, 12, 14 |  | **+** Sie sind vielseitig interessiert und kreativ.  **-** Routineaufgaben sind nicht Ihre Stärke. |
| Gestaltung  Addieren Sie hier Ihre Punkte bei den Fragen  1, 11, 13 |  | **+** Sie streben nach Eigenverantwortung.  **-** Sie verlangen manchmal zu viel von anderen. |
| Extrinsische Motivation  Addieren Sie hier Ihre Punkte bei den Fragen  5, 8, 15 |  | Sie sind bezogen auf Ihren Beruf eher extrinsisch zu motivieren. |