

MOTIVATIONSRASTER

Was steht ganz oben auf Ihrer Werteliste (im Beruf)?

Wie hoch ist Ihre Motivation, die Ihnen hilft, etwas zu verändern?

Nachfolgend sind 24 Motivatoren aufgelistet.

Diese Motivatoren sind Antreiber oder Werte, die uns wichtig sein können bzw. die erfüllt sein sollen, damit wir zufrieden sind.

SCHRITT 1:

Vergleichen Sie immer die zwei nebenstehenden Begriffe in der nachfolgenden Tabelle (Seite 3). Entscheiden Sie sich spontan für den jeweils wichtigeren und schreiben Sie diese untereinander auf ein separates Blatt Papier.

Sie haben sich letztlich dann 12 Begriffe notiert.

SCHRITT 2:

Vergleichen Sie unter den übrig gebliebenen (zwölf) Begriffen wieder; jeweils zwei miteinander; von oben anfangend. Lassen Sie den wichtigeren stehen und streichen sie den anderen durch.

Sie haben dann noch sechs relevante Begriffe.

SCHRITT 3:

Vergleichen Sie die übrigen (sechs) Begriffe nun wieder paarweise; von oben anfangend. Streichen Sie drei! Drei Begriffe bleiben stehen.

SCHRITT 4:

Sortieren Sie Ihre drei Motivatoren nach Ihrer Wichtigkeit.

Diese Motivatoren können etwas über Ihre (berufliche) Zufriedenheit oder Unzufriedenheit aussagen.

Ruhm	Herausforderung
Spaß	Unabhängigkeit
Geld	Harmonie
Anerkennung	Selbstbestimmung
Muße	Erfolg
Freiheit	Wertschätzung
Kollegialität	Abenteuer
Macht	Abwechslung
Sinn	Status
Freude	Sicherheit
Einfluss	Gerechtigkeit
Verantwortung	Zeitsouveränität