

Das Antreiberkonzept

Fragebogen

	5	4	3	2	1
1. Wann immer ich eine Arbeit mache, dann mache ich sie äußerst gründlich. Es dürfen keine Fehler vorkommen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Ich bin dafür verantwortlich, dass diejenigen, die mit mir zu tun haben, sich wohlfühlen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Ich bin ständig auf Trab. Alles muss schnell gehen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Anderen gegenüber zeige ich meine Schwächen nicht gerne. Ich erscheine stark, nur keine Blöße zeigen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Meine Devise lautet: „Wer rastet, der rostet.“	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Häufig brauche ich den Satz: „So einfach kann man das nicht sagen.“	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Ich sage und mache oft mehr als eigentlich nötig wäre.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Leute, die nicht korrekt genug arbeiten, lehne ich eher ab.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Gefühle zu zeigen, bedeutet Schwäche zu zeigen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Auf gar keinen Fall lockerlassen, das ist meine Devise.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<p>Diese Aussage trifft auf mich in meiner Berufswelt zu:</p> <p>Voll und ganz =5 gut =4 etwas =3 kaum =2 gar nicht =1</p>				

	5	4	3	2	1
11. Wenn ich eine Meinung äußere, begründe ich sie auch, denn Kompetenz auszustrahlen, ist für mich sehr wichtig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Wenn ich einen Wunsch habe, erfülle ich ihn mir sehr schnell.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Ich liefere den Bericht erst ab, wenn ich ihn mehrere Male überarbeitet habe, damit er ja perfekt ist.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Leute, die „herumtrödeln“, regen mich auf, denn Zeit ist Geld.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Es ist wichtig für mich, von den anderen akzeptiert zu werden. Dafür stelle ich meine Interessen in den Hintergrund.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Ich habe eher eine harte Schale und einen weichen Kern. Den darf man aber in der Berufswelt nicht zeigen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Ich versuche herauszufinden, was andere von mir erwarten, um mich danach zu richten, denn die anderen sollen mich lieben.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Leute, die unbekümmert in den Tag hineinleben, kann ich nur schwer verstehen, denn Erfolge muss man hart erarbeiten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Leute, die nicht zur Sache kommen, unterbreche ich öfter, denn meine Zeit ist kostbar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<p>Diese Aussage trifft auf mich in meiner Berufswelt zu:</p> <p>Voll und ganz =5 gut =4 etwas =3 kaum =2 gar nicht =1</p>					

	5	4	3	2	1
20. Ich löse meine Probleme selber. Selbst ist der Mann.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Aufgaben erledige ich möglichst rasch, denn es gibt noch viel zu tun.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Im Umgang mit anderen bin ich auf Distanz bedacht. Zuviel Nähe schmälert die Autorität.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Ich sollte viele Aufgaben noch besser erledigen, da sie noch nicht perfekt genug sind.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Ich kümmere mich persönlich auch um nebensächliche Dinge, damit auch wirklich alles o. k. geht.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Erfolge fallen nicht vom Himmel, ich muss sie hart erarbeiten: „Im Schweiß meines Angesichts“.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Für dumme Fehler habe ich wenig Verständnis.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Ich lege Wert darauf, dass andere Fragen rasch und bündig beantworten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Es ist mir wichtig, von anderen zu erfahren, ob ich meine Sache gut gemacht habe, denn ich brauche die Bestätigung der anderen, dass ich o. k. bin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Wenn ich eine Aufgabe begonnen habe, führe ich sie auch immer zu Ende.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Ich stelle meine Wünsche und Bedürfnisse zugunsten derjenigen anderer Personen zurück. Ich will unbedingt akzeptiert werden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<p>Diese Aussage trifft auf mich in meiner Berufswelt zu:</p> <p>Voll und ganz =5</p> <p>gut =4</p> <p>etwas =3</p> <p>kaum =2</p> <p>gar nicht =1</p>				

	5	4	3	2	1
31. Ich bin andern gegenüber oft hart, um von ihnen nicht verletzt zu werden. Zuviel Nähe ist gefährlich.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. Wenn es mir zu langsam vorangeht, dann trommle ich oft ungeduldig mit den Fingern auf den Tisch.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. Beim Erklären von Sachverhalten verwende ich gern die klare Aufzählung: „Erstens ..., zweitens ..., drittens ..., oder „Auf der anderen Seite ...“	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34. Ich glaube, dass die meisten Dinge nicht so einfach sind, wie viele meinen. Die machen es sich viel zu leicht.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35. Es ist mir unangenehm, andere Leute zu kritisieren, denn dann könnten die mich ja nicht mehr gern haben.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36. Bei Diskussionen nicke ich häufig mit dem Kopf.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37. Ich streng mich an, meine Ziele zu erreichen. Nur was hart erarbeitet ist, zählt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38. Mein Gesichtsausdruck ist eher ernst und konzentriert.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39. Ich bin ruhelos, nervös und manchmal auch hektisch.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40. So schnell kann mich nichts erschüttern. Ich bin der Fels in der Brandung.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<p>Diese Aussage trifft auf mich in meiner Berufswelt zu:</p> <p>Voll und ganz =5 gut =4 etwas =3 kaum =2 gar nicht =1</p>					

	5	4	3	2	1
41. Meine Gefühle gehen andere nichts an. Ich muss stark sein, wer Gefühle zeigt, ist schwach.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42. Mir geht es fast immer zu langsam, aus diesem Grund treibe ich die anderen an, damit mal was vorwärts geht.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43. Ich sage oft: „Genau - exakt - klar - logisch - selbstverständlich.“	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44. Ich sage oft: „Das verstehe ich nicht ...“	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
45. Ich sage eher: „Könnten Sie es nicht einmal versuchen“, als „Versuchen Sie es einmal.“ Vorsicht ist die Mutter der Porzellankeule.“	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46. Ich bin diplomatisch, damit ich so gut wie niemanden vergräule.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47. Ich versuche, die an mich gestellten Erwartungen zu übertreffen. Für mich ist es wichtig, besser als andere zu sein.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48. Beim Telefonieren bearbeite oder erledige ich häufig noch nebenbei andere Dinge.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49. „Auf die Zähne beißen“, heißt meine Devise. Denn ein Indianer kennt keinen Schmerz.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50. Trotz enormer Anstrengungen will mir vieles einfach nicht gelingen. Aber wenn ich mich nur wieder richtig anstrenge, dann wird es schon wieder.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<p>Diese Aussage trifft auf mich in meiner Berufswelt zu:</p> <p>Voll und ganz =5 gut =4 etwas =3 kaum =2 gar nicht =1</p>					

Zur Auswertung des Fragebogens¹ übertragen Sie bitte Ihre Bewertungszahlen für jede entsprechende Fragennummer auf den folgenden Auswertungsschlüssel. Zählen Sie dann die Bewertungszahlen zusammen.

„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

—
Dort, wo Sie die höchsten Punktwerte haben, müsste der stärkste Antreiber in Ihrem Leben sein.

¹ In Anlehnung an Kälin/Müri: Sich und andere führen; Thun: Ott Verlag.

Die fünf Antreiber

Idee: Ich bin in Ordnung, wenn ...

5 Versuche:

- sich existentiell wertvoll zu fühlen,
- dieses Gefühl kann durch Antreiber-Verhalten jedoch nicht erreicht werden,
- durch dieses Verhalten wird lediglich Anerkennung für eine besondere Leistung erwirkt.

1. Sei perfekt

Beschreibung:

Oder anders formuliert: „Mach ja keinen Fehler.“ Das verlangt totale Perfektion, Vollkommenheit und Gründlichkeit in allem, was ich tue. Und was für mich gilt, das gilt natürlich auch für andere. Dieser Antreiber verlangt von uns, immer noch besser zu sein. Somit ist der eigene Frust automatisch vorprogrammiert, denn: „Wo gehobelt wird, da fallen auch Späne.“ Oder anders ausgedrückt: „Wo gearbeitet wird, werden auch Fehler gemacht.“ Und da man denkt, dass einem keine Fehler passieren dürften, tun einem diese Fehler selbst am meisten weh. In der Zusammenarbeit mit anderen führt dies dann zu überflüssigen Konflikten. Wer versucht, alles perfekt zu machen, der stiehlt sich selbst die Zeit, denn nicht alle Dinge sind gleich wichtig und verdienen somit auch nicht den gleichen Energie- und Zeitaufwand bei der Bearbeitung.

Potential:

- Dinge sehr genau zu machen
- Erwartungen über - erfüllen
- fehlerfreie Leistungen abliefern

Risiko:

- überdetaillieren
- nichts tun

Erlaubnis:

- so, wie du bist, bist du gut genug
- du darfst Fehler machen und daraus lernen

2. Sei stark

Beschreibung:

Man darf sich nur ja keine Blöße geben. Haltung bewahren, Vorbild sein, nur nicht nachgeben. Dies führt zum Beispiel in Verhandlungen auch häufig dazu, dass übertriebene Härte beziehungsweise eiserne Konsequenz gezeigt wird. Dadurch können Verhandlungen auch unnötigerweise scheitern. Es ist auch verpönt, Gefühl zu zeigen - man muss da ganz einfach durch. Probleme, schwierige Aufgaben muss man schon selber lösen, obwohl man durch das Einschalten eines Kollegen sogar viel Zeit sparen könnte.

Das Problem dieser Antreiber liegt in dem verhängnisvollen Wörtchen "immer". Interessant dabei ist, dass alle Antreiber aus unterschiedlichen Verhaltensanweisungen zu Zeitmangel führen, und da hilft dann auch kein Zeitplanbuch mehr. Das einzige was hilft, ist, sich selbst die Erlaubnis zu geben.

Potential:

- stabil bleiben
- Dinge aushalten
- tun
- große Konsequenz zeigen

Risiko:

- Gefühle nicht fühlen und zeigen

Erlaubnis:

- du darfst offen sein und vertrauen

3. Mach´s dem anderen recht

Beschreibung:

Menschen mit diesem Antreiber fühlen sich dafür verantwortlich, dass andere sich wohl fühlen. Das Wichtigste ist, es dem oder den anderen recht zu machen. Somit sind natürlich eine ganze Reihe von Konflikten vorprogrammiert. Denn einem jeden Recht getan, ist eine Kunst, die niemand kann. Diese Menschen trauen sich leider nicht "nein" zu sagen. Diese Menschen lassen sich Aufgaben delegieren, die sie gar nicht betreffen, doch bevor man jetzt einen Konflikt eingeht, ist es besser, es doch zu tun, denn der andere könnte mich ja sonst nicht mehr mögen. Ein Verkäufer mit diesem Antreiber wird dem Kunden nichts ablehnen, er gibt die höchsten Rabatte und das alles nur, damit er "geliebt" wird.

Das wichtigste Wort beim Zeitmanagement heißt "Nein", wer nicht "nein" sagen kann, wird immer zu wenig Zeit haben.

Potential:

- Ein-Fühlung
- Verantwortung für andere übernehmen können

Risiko:

- sich selbst nicht mehr spüren

Erlaubnis:

- du darfst dich selber bejahen
- Mach´s Dir recht/Du darfst nein sagen/
- Achte auf Dich und Deine Bedürfnisse

4. Streng dich an

Beschreibung:

Oder: „Im Schweiß Deines Angesichts sollst Du Dein Brot verdienen.“ Oder: „Vor den Erfolg hat der Herrgott den Schweiß gesetzt.“ Somit gibt es keine einfachen Aufgaben und man macht im Rahmen dieses Antreibers alles zum Jahrhundertwerk. Bei allen Aufgaben, die man übernimmt, muss man erst mal deutlich machen, wie schwierig gerade diese Arbeit ist. Wer Aufgaben so kompliziert macht, läuft Gefahr, trotz der größten Mühen die Aufgabe dann doch nicht zu schaffen.

Denn, wie heißt es im Volksmund: „Der sieht den Wald vor lauter Bäumen nicht mehr.“

Potential:

- dran-bleiben-können
- harte Zeiten durchstehen
- großen Einsatz bringen

Risiko:

- auspowern
- über die eigenen Kräfte gehen

Erlaubnis:

- du darfst deine Dinge gelassen tun und abschließen

5. Beeil dich

Beschreibung:

Oder beeile dich, alles muss schnell gehen, nur keine Zeit verlieren. Alles muss rasch erledigt werden. Der innere Aufruf zur Hektik. Wer alles rasch macht, hat das hohe Risiko, etwas zu übersehen und somit falsch zu machen, was dann noch mehr Zeit kosten würde. Also, gut Ding will Weile haben.

Potential:

- Dinge schnell tun können
- schnell reagieren
- sich sofort einstellen auf ...

Risiko:

- Ungenauigkeit
- nicht spüren

Erlaubnis:

- du darfst dir Zeit und Raum nehmen