

Was ist dein Motivator? Was treibt dich wirklich an?

Kreuze an

1=wenig 5= stark

Motivator	Was motiviert mich?	1	2	3	4	5
1 Aktiv und beschäftigt sein	An Tagen, an denen ich voll beschäftigt bin, ist meine Motivation hoch. Umso mehr zu tun ist, umso mehr schaffe ich.	<input type="checkbox"/>				
2 Alleine die Verantwortung übernehmen	Wenn es voll und ganz auf mich ankommt, bin ich motiviert. Ich übernehme gerne die Verantwortung.	<input type="checkbox"/>				
3 Auf meine Erfolge zurückblicken	Aus dem, was ich schon erreicht und geschafft habe, schöpfe ich Motivation. Zertifikate motivieren mich. Ich bin stolz auf meine Leistungen.	<input type="checkbox"/>				
4 Ein angenehmes Umfeld haben	An einem schönen Ort und mit guten Materialien arbeite ich gerne, fühle ich mich wohl und komme ich leichter zum Ziel.	<input type="checkbox"/>				
5 Fortschritte sehen	Sobald ich sehe, dass es vorangeht, bin ich motiviert. Gerne sehe und plane ich einzelne Schritte und hacke sie ab.	<input type="checkbox"/>				
6 Gemeinsam arbeiten	Wenn wir es gemeinsam anpacken, bin ich motiviert. Im Team arbeitet es sich leichter und erfolgreicher.	<input type="checkbox"/>				
7 Herausforderung suchen	Wenn es besonders schwierig und herausfordernd wird, dann lege ich so richtig los. Eine Prise Abenteuer, bitte!	<input type="checkbox"/>				
8 In Wettbewerb treten	Es motiviert mich, besser als andere zu sein und meine bisherigen Leistungen zu übertreffen.	<input type="checkbox"/>				
9 Lob und Anerkennung bekommen	Persönliches Lob und Wertschätzung motivieren mich. Erst wenn ich mich gesehen fühle, bin ich motiviert.	<input type="checkbox"/>				
10 Sich vorbereiten	Wenn ich mich gut vorbereite, steigt meine Motivation! Klare Vorbereitung macht mich richtig gut.	<input type="checkbox"/>				
11 Überzeugungen leben	Wenn ich einen höheren Sinn in einer Sache sehe, bin ich motiviert. Wenn ich an eine Sache glaube, dann setze ich mich dafür ein.	<input type="checkbox"/>				

Was ist dein Motivator? Was treibt dich wirklich an?

Motivator	Was motiviert mich?	1	2	3	4	5
12 Visionen und Träume haben	Wenn ich von der Zukunft träume, motiviert mich das. Meine Visionen bringen mich zu Höchstleistungen.	<input type="checkbox"/>				
13 Vorbilder haben	Wenn ich sehe, wie andere etwas gut schaffen, motiviert mich das. Es begeistert mich, herausragende Leistungen zu erforschen.	<input type="checkbox"/>				
14 Zuschauer haben	Zuschauer und Zuhörer motivieren mich! Ich mag es, wenn ich anderen zeigen kann, was ich kann.	<input type="checkbox"/>				

Auswertung

Suche dir die 4-5 Motivatoren heraus, bei denen du 5 Punkte angekreuzt hast und trage die Nummer und den Namen ein. Ist noch Platz dann trage die mit 4 Punkten auch ein. Aber nimm nicht mehr als 5 Motivatoren.

Mein 1. Motivator _____

Mein 2. Motivator _____

Mein 3. Motivator _____

Mein 4. Motivator _____

Mein 5. Motivator _____

Und jetzt überlege dir, wie du deine Motivatoren verstärkt beim Lernen einsetzen kannst. Sammele mit Freunden und deiner Familie Ideen, die dich dabei unterstützen, dein Lernziel zu erreichen. Und dann los – MACHEN!

Und wenn Du Unterstützung brauchst, dann melde dich gerne und buche dir ein kostenloses Beratungsgespräch <https://www.lernlustcoaching.com/kontakt-martina-neumann-ploschencz/>

Viel Spaß und viel Erfolg.



Deine Martina