



+ Die 16 Lebensmotive im Überblick mit Selbsteinschätzung

Bearbeitungshinweise: Jedes der 16 Lebensmotive besteht aus zwei Polen. Markieren Sie durch ein „X“, auf welcher Seite Sie sich mehr ‚zuhaus‘ fühlen.

Leitfrage: „An welcher Seite habe ich mehr Spaß und Freude?“

– es muss nicht notwendigerweise das sein, was sie häufig tun (müssen).

Nehmen Sie die Mitte „o“, wenn Sie zu der Einschätzung „sowohl als auch“ oder „weder noch“ kommen.

Legende:
 Glaubenssatz: „Ich will...“ in roter Schrift
 Das Streben nach in türkiser Schrift
 Beobachtbares Verhalten: in grauer Schrift

Motiv	Beschreibung	++	+	o	+	++	Beschreibung	Motiv
Service 	Ich will mich an anderen orientieren Menschenorientierung, Einordnung, geführt sein dienstleistungsorientiert, zurückhaltend, lieber im Hintergrund						Ich will führen/entscheiden Führung, Einfluss, Verantwortung zielstrebig, ehrgeizig, entscheidungsstark	Macht 
Teamorientierung 	Ich will emotional verbunden sein Teamorientierung, Konsens, Zugehörigkeit vertrauensvoll, persönlich, hilfsbereit						Ich will emotional unabhängig sein Ich-Integrität, Eigenständigkeit, Autonomie selbstgenügsam, erreicht Ziele gerne allein	Unabhängigkeit 
Anwendung 	Ich will praktisch handeln Umsetzung, Wissen als Mittel zum Zweck, geistige Ruhe anwendungsorientiert, ausprobieren						Ich will alles wissen Lernen um des Lernens Willen, Problemlösung, Wahrheit reflektiert, wissbegierig, Spaß am Lernen	Neugier 
Selbstzufriedenheit 	Ich will alles schaffen persönliches Wachstum, Lernchancen direkt, Kritik spornt an, sehr offene/sichere Art						Ich will keinen Fehler machen soziale Akzeptanz, Bewunderung, Lob empathisch, ehrgeizig, kritiksensibel	Anerkennung 
Flexibilität 	Ich will frei sein von Strukturen Flexibilität, Improvisation, Optionen intuitiv, spontan, kreatives Herangehen						Ich will Organisation und Sauberkeit Organisation, Stabilität, Klarheit detailorientiert, strukturiert, setzt Standards	Ordnung 

+

Motiv	Beschreibung	++	+	0	+	++	Beschreibung	Motiv
Großzügigkeit 	Ich will frei sein von Besitz Materielle Unabhängigkeit, Konsum kann sich leicht von Dingen trennen, verleiht und verschenkt gerne						Ich will bewahren Eigentum, Wirtschaftlichkeit, Sammlungen bewahrend, sparsam, pfleglicher Umgang mit Eigentum	Sparen/Sammeln 
Zweckorientierung 	Ich will Ergebnisse erzielen Zielerreichung, eigener Nutzen anpassungsfähig, realistisch, „Fuck the rules“						Ich will Prinzipien/Werte einhalten Regeln, moralische Integrität, Loyalität, Disziplin prinzipienorientiert, ehrlich, traditionsbewusst	Ehre 
Pragmatismus 	Ich will Gerechtigkeit für mich Pragmatismus, „Jeder ist seines eigenen Glückes Schmied“ realistisch, Ungerechtigkeit ist unvermeidbar und gehört zum Leben						Ich will Gerechtigkeit für alle Fairness, soziale Gerechtigkeit, gesellschaftliche Verantwortung altruistisch, gemeinnützig, zuverlässig	Idealismus 
Zurückgezogenheit 	Ich will alleine sein Privatsphäre, Abgrenzung, Ruhe individuell vorgehen, eher introvertiert, mag keinen Small Talk						Ich will mit Menschen zusammen sein Kontakt, Freundschaft, Humor, Spaß kontaktfreudig, unterhaltsam, eher extravertiert	Beziehungen 
Ungebundenheit 	Ich will unabhängig sein von Kindern Partnerschaft, Freiraum, kein ausgeprägter Kinderwunsch sich frei fühlend, lange Leine						Ich will geliebt werden von meinen Kindern Familienleben, eigene Kinder, „Nest“ Beschützerinstinkt, fürsorglich, mag das Gefühl gebraucht zu werden	Familie 
Gleichheit 	Ich will gleich sein Authentizität, Gleichheit, um seiner selbst Willen respektiert zu werden genügsam, Äußerlichkeiten sind nicht wichtig, unbeeindruckt von Statussymbolen (oder lehnt sie sogar ab)						Ich will bedeutsam sein Sichtbares Ansehen, Statussymbole, herausgehoben sein elitär, sich von anderen abheben (durch Produkte und Titel)	Status 

+

Motiv	Beschreibung	++	+	0	+	++	Beschreibung	Motiv
Harmonie 	Ich will mich nicht messen Kooperation, Gleichstellung, Kompromisse ausgleichend, kooperativ, friedvoll						Ich will gewinnen/Vergeltung üben Konkurrenz, Wettkampf, Aggressivität wettbewerbsorientiert, Konkurrenz spornt an, gewinnen	Rache/Kampf 
Askese 	Ich will Askese Asketisches Leben, Tugendhaftigkeit nüchtern, kommt ohne weltliche Genüsse aus						Ich will Sinnlichkeit Erotik, Ästhetik, sinnliches Leben kreativ, gestaltend	Eros 
Hunger stillen 	Ich will Hunger stillen Nahrungsaufnahme, satt sein nebenher essen, Hunger „stört“, kulinarische Raffinesse nicht wichtig						Ich will Essen genießen Große Vielfalt, Essen zelebrieren Freude am Kochen, „Petit Bocuse“, ausgiebiges Einkaufen, sorgfältiges Zubereiten von Speisen	Essen 
Bequemlichkeit 	Ich will bequem sein Gemütlichkeit, Ruhe geruhsam, Körperempfindung auch ohne Bewegung möglich, nimmt lieber den Lift als die Treppe						Ich will stark/gesund sein Bewegung, Fitness, Körper spüren sportlich, sucht Herausforderung, Aktivität (nicht Wettkampf) steht im Vordergrund	Körperl. Aktivität 
Abenteuer 	Ich will Risiko Abenteuer, Abwechslung, Adrenalin ausprobieren, „no risk – no fun“, stressrobust						Ich will vorsichtig sein Emotionale Sicherheit, Berechenbarkeit, Schmerzen vermeiden risikovermeidend, vorsichtig, stresssensibel, Unbekanntes vermeiden	Emotionale Ruhe 