

## Redaktioneller Artikel

# Die Wahrheit über unseren inneren Antrieb

10 verschiedene intrinsische Motivationen im Überblick

### Welche Motivationen gibt es und welchen Einfluss haben Sie im Berufsleben?

Motivation ist wie eine Maschine, die ein bestimmtes Produkt herstellt - doch unser innerer Antrieb birgt auch diese Stolperfallen. Die Expertin Mira Mühlenhof deckt sie auf und zeigt, wie wir uns selber im Weg stehen.

## Redaktioneller Artikel

# Die Wahrheit über unseren inneren Antrieb

10 verschiedene intrinsische Motivationen im Überblick

### Was treibt uns wirklich an?

„Die uns eigene Motivation ist wie eine innere Maschine, die ein bestimmtes Produkt herstellt“, sagt die Autorin Mira Mühlenhof. Darauf sind wir fixiert und wir tun alles, um möglichst viel davon in unser Leben zu holen - jedoch ohne dass uns dieser Antrieb bewusst wäre. Das Phänomen dahinter ist der „blinde Fleck“. So gehören zu jedem unbewussten Persönlichkeitsmuster ein Selbstbild und daraus resultierend eine Stolperfalle. Für jeden, der dauerhaften Erfolg will ist es unabdingbar, diese zerstörerische Kraft zu durchschauen und zu verwandeln - für mehr Authentizität und Leichtigkeit!

#### 1. Wahrheit: Streben nach dem Besten

**Perfektion:** Sie sehen sofort, was fehlerhaft ist, was korrigiert werden sollte, was noch besser geht. Ihr Anspruch macht Sie zum Reformier, Sie arbeiten stets am 100-prozentigen Ergebnis.

**Ihr Selbstbild:** Ich mache es richtig.

**Die Falle:** Ihre hohe innere Messlatte strengt andere an. Sie nörgeln und sind unlocker.

#### 2. Wahrheit: Helfen als Grundsatz

**Liebe:** Ihnen fallen bei jeder Gelegenheit Menschen auf, die Ihre Hilfe benötigen. Sie unterstützen, wo und wann immer es geht. Dabei vernachlässigen Sie sich selbst und es fällt Ihnen schwer, auch mal etwas anzunehmen.

**Ihr Selbstbild:** Ich helfe und bin liebenswürdig.

**Die Falle:** Ihr Helfer-Syndrom grenzt an Manipulation. Sie helfen ungefragt. Das nervt.

#### 3. Wahrheit: Ich bin ein Gewinner

**Erfolg:** Mit Ihrem Charme erobern Sie die Welt. Mit Ihren vielen Projekten und der leichten Art, sie umzusetzen, gehören Sie zu den Champions.

**Ihr Selbstbild:** Ich bin erfolgreich.

**Die Falle:** Sie mögeln sich durchs Leben, täuschen und blenden andere. Und vor allem sich selbst.

#### 4. Wahrheit: Die Perle liegt in der Tiefe

**Individualität:** Bloß nicht wie die Anderen sein - das ist Ihr Lebensmotto. Dennoch achten Sie darauf, was andere haben und was Ihnen fehlt. Das schürt Ihre Melancholie und Ihre Selbstzweifel.

**Ihr Selbstbild:** Ich bin besonders.

**Die Falle:** Ihr Leben ist ein immerwährendes Drama. Insbesondere für die anderen.

#### 5. Wahrheit: Professionalität reicht aus

**Wissen:** Ihnen entgeht nichts, Sie sind bereits Fachmann auf Ihrem Gebiet. Dennoch forschen Sie unermüdlich nach neuen Erkenntnissen. Ihr Denkapparat arbeitet unermüdlich.

**Ihr Selbstbild:** Ich blicke durch.

**Die Falle:** Sie haben Angst vor Gefühlen. Wo bleibt das Zwischenmenschliche, das Herz?

#### 6. Wahrheit: Zu viel Neues muss nicht sein

**Sicherheit:** Sie mögen Strukturen, Pläne und Strategien. Sie haben die Dinge gern in Ordnung, sind verlässlich und treu. My home is my castle.

**Ihr Selbstbild:** Ich tue meine Pflicht.

**Die Falle:** Sie können keine Entscheidungen treffen - aus der Befürchtung, es könnte die falsche sein. Sie sind ein kleiner Angsthasen.

#### 7. Wahrheit: irgendwie klappt es immer!

**Spaß:** Sie machen sich die Welt, wie sie Ihnen gefällt. Egal was kommt: Sie nehmen es leicht und wissen, wo es den Nektar gibt.

**Ihr Selbstbild:** Ich habe Spaß.

**Die Falle:** Sie weichen Problemen aus und lenken sich lieber mit schönen Dingen ab. Das ist oberflächlich.

#### 8. Wahrheit: Einer muss sagen, wo es langgeht

**Macht:** Sie sitzen auf dem Thron und regieren mit kräftiger Hand. Auf Ihren Schultern ruht die Verantwortung - und das ist auch gut so.

**Ihr Selbstbild:** Ich bin stark.

**Die Falle:** Sie gehen aggressiv gegen Feinde vor und machen Ihre Regeln selbst. Damit überfahren Sie andere.

#### 9. Wahrheit: Die Vermittlerrolle

**Harmonie:** Sie sind Friedensstifter, glätten die Wogen im Job und im Privatleben, sind gute Mediatoren und ein angenehmer Zeitgenosse.

**Ihr Selbstbild:** Ich bin zufrieden.

**Die Falle:** Sie kommen nicht aus dem Quark, weil Ihnen der nötige innere Antrieb fehlt. Das ist langweilig.

#### 10. Wahrheit: Das Prinzip Kontra

**Kampf:** Sie wollen immer das Gegenteil, suchen das Abenteuer, denken strategisch und vorausschauend, haben einen geheimen Plan und kennen keine Angst.

**Ihr Selbstbild:** Ich kenne mein Ziel.

**Die Falle:** Sie weihen andere nicht in Ihre Pläne ein. Das weckt Misstrauen und lässt Sie zum Einzelkämpfer werden.