



Antreiber-Test

Mit dem nachfolgenden Test¹ kannst du herausfinden, wie stark die einzelnen Antreiber bei dir ausgeprägt sind.

Bewertungsskala: Die Aussage trifft auf mich zu

- 5 - voll und ganz
- 4 - ziemlich
- 3 - etwas
- 2 - kaum
- 1 - gar nicht

Nr.	Aussage	1	2	3	4	5
1	Wenn ich eine Arbeit mache, dann mache ich sie gründlich.					
2	Ich fühle mich dafür verantwortlich, dass diejenigen, die mit mir zu tun haben, sich wohlfühlen.					
3	Ich bin ständig auf Trab.					
4	Wenn ich raste, roste ich.					
5	Anderen gegenüber zeige ich meine Schwächen nicht gerne.					
6	Häufig gebrauche ich den Satz: „Es ist schwierig, das so genau zu sagen.“					
7	Ich sage oft mehr, als eigentlich nötig wäre.					
8	Ich habe Mühe, Leute zu akzeptieren, die nicht genau sind.					
9	Es fällt mir schwer, Gefühle zu zeigen.					
10	Nur nicht lockerlassen, ist meine Devise.					
11	Wenn ich eine Meinung äussere, begründe ich sie.					
12	Wenn ich einen Wunsch habe, erfülle ich ihn mir schnell.					
13	Ich liefere einen Bericht erst ab, wenn ich ihn mehrere Male überarbeitet habe.					
14	Leute, die herumtrödeln, regen mich auf.					
15	Es ist für mich wichtig, von anderen akzeptiert zu werden.					
16	Ich habe eher eine harte Schale, aber einen weichen Kern.					
17	Ich versuche oft herauszufinden, was andere von mir erwarten, um mich danach zu richten.					
18	Leute, die unbekümmert in den Tag hineinleben, kann ich nur schwer verstehen.					

¹ Antreiber-Test der Dr. Bock Coaching Akademie (Fragen nach Karl Kälin und Peter Müri).



19	Bei Diskussionen unterbreche ich die anderen oft.					
20	Ich löse meine Probleme selbst.					
21	Aufgaben erledige ich möglichst rasch.					
22	Im Umgang mit anderen bin ich auf Distanz bedacht.					
23	Ich sollte viele Aufgaben noch besser erledigen.					
24	Ich kümmere mich persönlich auch um nebensächliche Dinge.					
25	Erfolge fallen nicht vom Himmel, ich muss sie hart erarbeiten.					
26	Für dumme Fehler habe ich wenig Verständnis.					
27	Ich schätze es, wenn andere meine Fragen kurz und bündig beantworten.					
28	Es ist mir wichtig, von anderen zu erfahren, ob ich meine Sache gut gemacht habe.					
29	Wenn ich eine Aufgabe einmal begonnen habe, führe ich sie auch zu Ende.					
30	Ich stelle meine Wünsche und Bedürfnisse zugunsten der Bedürfnisse anderer Personen zurück.					
31	Ich bin anderen gegenüber oft hart, um von ihnen nicht verletzt zu werden.					
32	Ich trommle oft ungeduldig mit den Fingern auf den Tisch (ich bin ungeduldig).					
33	Beim Erklären von Sachverhalten verwende ich gerne die klare Aufzählung: Erstens, zweitens, drittens.					
34	Ich glaube, dass die meisten Dinge nicht so einfach sind, wie viele meinen.					
35	Es ist mir unangenehm, andere Leute zu kritisieren.					
36	Bei Diskussionen nicke ich häufig.					
37	Ich strenge mich an, um meine Ziele zu erreichen.					
38	Mein Gesichtsausdruck ist eher ernst.					
39	Ich bin nervös.					
40	So schnell kann mich nichts erschüttern.					
41	Meine Probleme gehen die anderen nichts an.					
42	Ich sage oft: „Tempo, Tempo, das muss schneller gehen!“					
43	Ich sage oft: „genau“, „exakt“, „logisch“, „klar“ und ähnliches.					
44	Ich sage oft: „Das verstehe ich nicht.“					
45	Ich sage gerne: „Könnten Sie es nicht einmal versuchen?“ und sage nicht gerne: „Versuchen Sie es einmal.“					



46	Ich bin diplomatisch.						
47	Ich versuche, die an mich gestellten Erwartungen zu übertreffen.						
48	Ich mache manchmal zwei Tätigkeiten gleichzeitig.						
49	Die Zähne zusammenbeißen, lautet meine Devise.						
50	Trotz enormer Anstrengungen will mir vieles einfach nicht gelingen.						

Auswertung:

Bitte übertrage nun deine Bewertung für jede Frage in die nachfolgenden Platzhalter und addiere die Summe.

Sei perfekt! Mach keine Fehler!

Fragen: 1__ 8__ 11__ 13__ 23__ 24__ 33__ 38__ 43__ 47__

Gesamt: ___

Mach schnell! Beeil dich!

Fragen: 3__ 12__ 14__ 19__ 21__ 27__ 32__ 39__ 42__ 48__

Gesamt: ___

Streng dich an! Gib dir Mühe!

Fragen: 4__ 6__ 10__ 18__ 25__ 29__ 34__ 37__ 44__ 50__

Gesamt: ___

Mach es allen recht! Pass dich an!

Fragen: 2__ 7__ 15__ 17__ 28__ 30__ 35__ 36__ 45__ 46__

Gesamt: ___

Sei stark! Halte durch!

Fragen: 5__ 9__ 16__ 20__ 22__ 26__ 31__ 40__ 41__ 49__

Gesamt: ___

Erläuterung:

- bis 30 Punkte: Dieser Antreiber ist bei dir in einem förderlichen Mass vorhanden.
- ab 30 Punkte: Dieser Antreiber kann dich möglicherweise beeinträchtigen.
- ab 40 Punkte: Dieser Antreiber hat das Potential, dich zu blockieren.