

Belső hajtóerők



Kérdőív az egyéni belső hajtóerők elemzéséhez

Értékelje a lenti kijelentéseket egy 1-5-ig terjedő értékelő skálán úgy, ahogyan most önmagát látja környezetében. A megfelelő számot írja a kis négyzetekbe.

A kijelentés igaz rám:

- ▶ teljes egészében =5
- ▶ jól illik = 4
- ▶ közepesen =3
- ▶ néha = 2
- ▶ egyáltalán nem = 1

1 2 3 4 5

Saját értékelésem

1. Ha a munkámat végzem, alapos vagyok.
2. Felelősnek érzem magam azért, hogy akikkel dolgozom, jól érezzék magukat.
3. Folyamatos a hajtás.
4. Másokkal szemben nem szívesen mutatom meg a gyengeségeimet.
5. Ha pihenek, berozsdásodom.
6. Gyakran mondom ezt a mondatot: „Nehéz pontosan megmondani.”
7. Gyakran többet mondok, mint amit kellene.
8. Azon fáradozom, hogy elfogadjam, ha az emberek pontatlanok.
9. Nehezemre esik, hogy kimutassam az érzelmeimet.
10. „Csak semmi lazaság!” – ez az én mondatom!
11. Ha kimondom a véleményem, általában meg is indoklom.
12. Ha valamit szeretnék, akkor azt gyorsan meg is szerzem.
13. Csak akkor adok le egy jelentést, ha már többször is átdolgoztam.
14. A pizsmogó emberek felidegesítenek.



15. Mások elismerése fontos számomra.
16. Kemény a külső burkom, de belül lágy vagyok.
17. Gyakran megpróbálom kitalálni, mit várnak tőlem mások, hogy ahhoz igazodhassak.
18. A gondtalanul élő embereket nehezen tudom megérteni.
19. Gyakran félbeszakítom a vitákat.
20. Magam oldom meg a problémákat.
21. A feladatokat viszonylag gyorsan elintézem.
22. Másokkal való kapcsolatomban inkább a távolságra figyelek.
23. Sok feladatomat még jobban kellene elvégeznem.
24. Személyesen gondoskodom a mellékes részletekről is.
25. A siker nem hull az égből. Keményen meg kell dolgoznom érte.
26. A buta hibákat nehéz megértenem.
27. Értékelem, amikor mások a kérdéseimre gyorsan és röviden válaszolnak.
28. Fontos számomra a másoktól kapott visszajelzés, hogy jól végzem-e a dolgom.
29. Ha a feladatomat egyszer elkezdtem, akkor végig is csinálom.
30. A vágyaimról és szükségleteimről szívesen lemondok mások javára.
31. Másokkal szemben gyakran kemény vagyok, hogy ne sérülhessek általuk.
32. Gyakran dobok türelmetlenül az ujjaimmal az asztalon.
33. A tények megbeszélésekor szívesen használom az egyértelmű felsorolást: „Először... másodszor... harmadszor...”



34. Azt gondolom, hogy a dolgok nem olyan egyszerűek, mint sokan gondolják.
35. Kellemetlenül érzem magam, ha másokat kritizálni kell.
36. Viták során gyakran bólogatok.
37. Arra törekszem, hogy elérjem a céljaimat.
38. Az arckifejezésem inkább komoly.
39. Gyakran vagyok ideges.
40. Olyan gyorsan azért nem tudnak megráznai a dolgok.
41. A problémáim nem tartoznak senkire.
42. Gyakran mondom, hogy: „Ez most túl lassan megy.”
43. Gyakran mondom, hogy: „Pontosan”, „Éppen így”, „Világos.”, „Logikus.”
44. Gyakran mondom, hogy: „Ezt nem értem...”
45. Inkább azt szoktam mondani: „Nem próbálná meg még egyszer?” ahelyett, hogy „Próbálja meg még egyszer!”
46. Diplomátikus vagyok.
47. Megkísérlem, hogy a felém támasztott elvárásokat túlteljesítsem.
48. Telefonálás közben gyakran intézek más munkát is.
49. „Szorítsd össze a fogadat!” – ez a jelmondatom.
50. Az erőfeszítések ellenére nekem sok minden egyszerűen nem sikerül.



A kérdőív kiértékelése

Kérjük, hogy vezesse át a megfelelő kijelentéshez tartozó értékelő pontszámot a következő táblázatba. A végén számolja össze az adott pontszámokat!

„Légy tökéletes!”

Kérdések	1	8	11	13	23	24	33	38	43	47	
Pontok											
										Összpontszám	

„Siess!”

Kérdések	3	12	14	19	21	27	32	39	42	48	
Pontok											
										Összpontszám	

„Tégy erőfeszítést!”

Kérdések	5	6	10	18	25	29	34	37	44	50	
Pontok											
										Összpontszám	

„Szerezzen örömet!”

Kérdések	2	7	15	17	28	30	35	36	45	46	
Pontok											
										Összpontszám	

„Légy erős!”

Kérdések	4	9	16	20	22	26	31	40	41	49	
Pontok											
										Összpontszám	

Belső hajtóerők – Kérdőív az egyéni belső hajtóerők elemzéséhez



Készítsen oszlopdiagrammot! Az öt kiszámított összpontszámot vezesse át a lenti táblázatba úgy, hogy a számértéknek megfelelően satírozza be a négyzeteket. Így képet kap az önt mozgató személyes belső hajtóerő-profiljáról.

Pontskála	0	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50
Légy tökéletes!											
Siess!											
Tégy erőfeszítést!											
Szerezz örömet!											
Légy erős!											

Forrás: In Anlehnung an Kälin, Karl/Müri, Peter (2005): Sich und andere führen. Psychologie für Führungskräfte und Mitarbeiter. Bern: Ott.