

Copyright: Dies ist ein Auszug aus dem Buch «[MUTIVATION – machen statt zögern](#)» von Lorenz Wenger, 2023, Business Village – Verlag für die Wirtschaft, ISBN 978-3-86980-684-6. Dieser Auszug wurde im Rahmen eines Workshops mit Lorenz Wenger abgegeben und ist exklusiv für dessen Teilnehmer:innen bestimmt. Eine Verbreitung oder Vervielfältigung ist nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Autors erlaubt. www.lorenz Wenger.com

Wie proaktiv bist du?

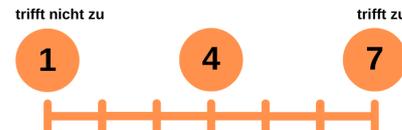
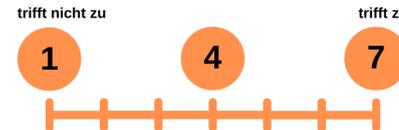
Mach den Reality-Check:

Finde aufgrund der Proaktivitätsskala nach Batemen und Crant¹ heraus, wie es um deine Umsetzungsstärke und Proaktivität steht. Prüfe die siebzehn Aussagen und bewerte auf einer Skala von 1 bis 7, wie stark sie auf dich zutreffen (1= trifft nicht zu, 7=trifft immer zu).

Aussagen

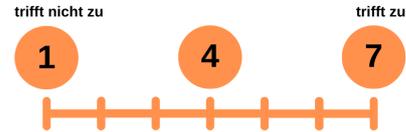
1. Ich bin ständig auf der Suche nach neuen Möglichkeiten, mein Leben zu verbessern.
2. Ich fühle mich dazu angetrieben, in meiner Gemeinde und vielleicht auch in der Welt etwas zu bewirken.

Bewertung

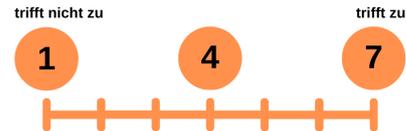


Punkte

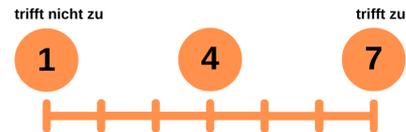
3. Ich übernehme gerne und oft die Initiative beim Start neuer Projekte .



4. Wo immer ich gewesen bin, habe ich mich für einen konstruktiven Wandel stark gemacht.



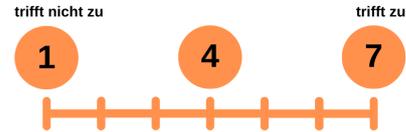
5. Ich genieße es, mich meinen Ideen zu stellen und Hindernisse zu überwinden.



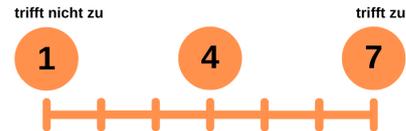
6. Nichts ist aufregender, als zu sehen, wie meine Ideen Wirklichkeit werden.



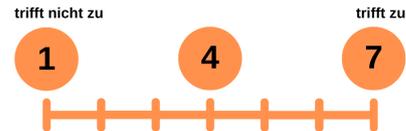
7. Wenn ich etwas sehe, das mir nicht gefällt, bringe ich es in Ordnung.



8. Wenn ich an etwas glaube, werde ich es verwirklichen, egal wie die Chancen stehen.



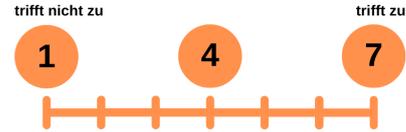
9. Ich liebe es, für meine Ideen einzutreten, auch gegen die Widerstände der anderen.



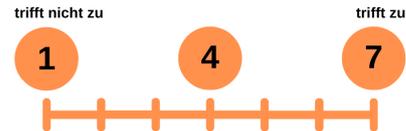
10. Ich bin hervorragend im Erkennen von Chancen.



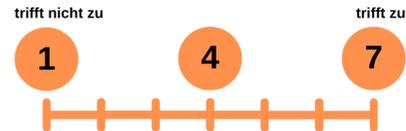
11. Ich bin immer auf der Suche nach besseren Möglichkeiten, Dinge zu tun.



12. Wenn ich an eine Idee glaube, wird mich kein Hindernis aufhalten, sie zu verwirklichen.



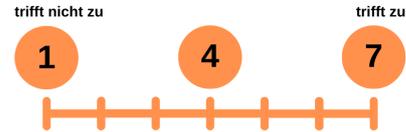
13. Ich liebe es, den Status quo infragezustellen.



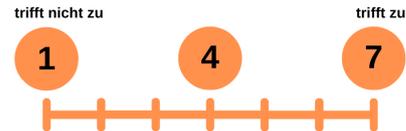
14. Wenn ich ein Problem habe, gehe ich es frontal an.



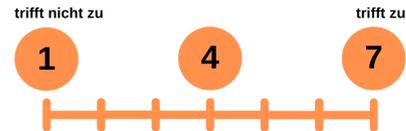
15. Ich bin gut darin, Probleme in Chancen zu verwandeln.



16. Ich erkenne eine gute Gelegenheit, lange bevor andere sie erkennen.



17. Wenn ich sehe, dass jemand in Schwierigkeiten steckt, helfe ich, wo ich nur kann.



TOTAL Punkte

Auswertung:

17 – 50 Punkte: 🚧 Du hast eine gering ausgeprägte Proaktivität. Erkenne und akzeptiere deine inneren und äusseren Widerstände und entwickle Strategien, um leichter ins Tun zu kommen für eine selbstbestimmte MUTIVATION.

51 – 85 Punkte: 🌱 Du bist in bestimmten Bereichen schon proaktiv und ein Macher. Du hast ein Gefühl von Selbstwirksamkeit und Umsetzungsstärke, darfst jedoch noch an deinen Strategien arbeiten für eine noch stärkere MUTIVATION.

86 – 119 Punkte: 🚀🔥 Glückwunsch – du bist ein Macher und Umsetzer und kannst mit deiner Selbstwirksamkeit und Umsetzungsstärke Grosses zu bewirken. Welches waren deine bisherigen Erfolgsfaktoren? Bleib dran!



Bild: Quino AI, Unsplash

¹Bateman, Thomas S. und Crant, J. Michael (1993): "The Proactive Component of Organizational Behavior", *Journal of Organizational Behavior*