

## Antreiber 1: Sei perfekt > Perfektion vor Aufwand

**ANGST: Etwas könnte schiefgehen**

Stärken:	Schwächen:	Erlauber:
<b>Gründliche, zuverlässige Experten</b>	Rückversicherungszwänge, Katastrophenphantasien Überzogene Selbst- und Fremdkritik Perfektion ohne Ansehen von Kosten und Aufwand 95% heißt bereits gescheitert Übertriebene Zeitinvestition > ständige Neuanfänge, weil es nicht perfekt war Pedanterie	Ohne Fehler lernt man nicht
<b>Typischer Satz: Das reicht nicht.</b>		

## Antreiber 2: Beeil dich! > Tempo vor Ereignis

**Angst: Nicht dazugehören ( „Ich muß überall sein“ )**

Stärken:	Schwächen:	Erlauber:
<b>Dynamik</b>	Kopfllosigkeit	Mach's mit Muße
<b>Einfallsreichtum</b>	Chaotische Zeiteinteilung und -planung	
<b>Tempo</b>	Ständiger Zeitdruck, zu spät kommen als schlimmes Vergehen Arbeit wird nicht zu Ende gedacht und gebracht. Kein Nerv für Details Keine Durchhaltefähigkeit	
<b>Typischer Satz: Dafür habe ich keine Zeit.</b>		

## Antreiber 3: Streng dich an! > Anstrengung vor Ergebnis

**Angst: Andere sind besser als ich**

Stärken:	Schwächen:	Erlauber:
<b>Einsatzbereitschaft</b>	überall sind Rivalen > Verdoppeln der Anstrengung	Locker wird's besser
<b>Durchhaltevermögen</b>	Anstrengung wird auch von anderen erwartet Wenn etwas nicht anstrengend ist, ist es auch nichts wert. Langfristigster und umständlichster Lösungsweg wird bevorzugt Keine Fähigkeit zur Improvisation Es gibt ständig Probleme, Schwierigkeiten und Krisen	
<b>Typischer Satz: Von nichts kommt nichts.</b>		



### Antreiber 4: Sei gefällig! > Anpassung vor Selbstachtung

*Angst: Von anderen abgelehnt zu werden*

Stärken:	Schwächen:	Erlauber:
<b>Einfühlung in andere</b>	Es zählt nur, was andere von mir erwarten (externale Referenz)	Sei gut zu dir.
<b>Hilfsbereitschaft</b>	Eigene Bedürfnisse und Wünsche zählen nicht. Wünsche und Bedürfnisse werden nicht klar formuliert > Komplikationen Erwartung, dass andere einem die Wünsche von den Augen ablesen > Komplikationen Erwartung von dauernder Rücksichtnahme > Komplikationen Übernahme der Verantwortung für das Gefühlsleben anderer	Ich darf auch Nein sagen.
<b>Typischer Satz: Ich will es allen recht machen!</b>		

### Antreiber 5: Sei stark! > Autarkie vor Gemeinschaft

*Angst: Andere könnten Schwächen entdecken und mich dann ablehnen*

Stärken:	Schwächen:	Erlauber:
<b>Belastbarkeit</b>	Ich bin der Held, der durch nichts zu erschüttern ist.	Schwächen sind sympathisch
<b>Eigenständigkeit</b>	Schwächen und Fehler sind schlecht. Hilfe darf nicht angenommen werden. Erwartung, dass andere auf einen zukommen. Erwartung, dass andere zu einem aufblicken. Eindruck von Arroganz	
<b>Typischer Satz: Ich schaffe das allein!</b>		

