

Das Reiss-Profil I:

# Was treibt Sie an?

Um Ihr persönliches Motivprofil zu bestimmen, prüfen Sie die im Folgenden zu allen 16 Motiven formulierten Aussagen, ob sie „stark“  oder „kaum/gar nicht“  zutreffen. Es genügt, wenn *eine* der Aussagen Ihr Verhalten beschreibt.

Falls keine dieser Aussagen Ihr Verhalten richtig charakterisiert oder manchmal auch das eine, dann wieder das andere stimmt, notieren Sie für das betreffende Motiv „eher durchschnittlich“ .

Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten; um sich ein möglichst genaues Bild Ihrer lebensbestimmenden Antriebe und Werte zu verschaffen, müssen Sie die Fragen nur ehrlich beantworten.

## 1. MACHT

- 1. Im Vergleich mit anderen Altersgenossen bin ich ehrgeizig und karrierebewusst.
- 2. Gewöhnlich übernehme ich das Kommando, statt mir sagen zu lassen, wo es langgeht.
- 1. Ich bin deutlich weniger ehrgeizig und karrierebewusst als andere Menschen in meinem Alter.
- 2. Im Allgemeinen bin ich eher nachgiebig.
- Weder noch. Manchmal stimmt das eine, dann das andere.

IHR WERT: \_\_\_\_\_

## 2. UNABHÄNGIGKEIT

- 1. Das Motto „Selbst ist der Mann/die Frau“ bestimmt mein Leben.
- 2. Ich kann auf die Ratschläge anderer verzichten.
- 1. Im Vergleich mit anderen Ehen oder Partnerschaften bin ich stärker an meinen Partner gebunden.
- 2. Ich mag es nicht, wenn ich alleine bin.
- Weder noch. Manchmal stimmt das eine, dann das andere.

IHR WERT: \_\_\_\_\_

## 3. NEUGIER

- 1. Ich bin das, was man „wissensdurstig“ nennt.
- 2. Ich denke viel darüber nach, was Wahrheit bedeutet.
- 1. Ich mag keine geistigen, „intellektuellen“ Aktivitäten.
- 2. Ich stelle nur selten Fragen.
- Weder noch. Manchmal stimmt das eine, dann das andere.

IHR WERT: \_\_\_\_\_

## 4. ANERKENNUNG

- 1. Ich habe große Schwierigkeiten, wenn man mich kritisiert.
- 2. Ich gebe oft auf.
- 1. Ich bin selbstbewusst und selbstsicher.
- 2. Auf Kritik reagiere ich meist völlig gelassen und unaufgeregt.
- Weder noch. Manchmal stimmt das eine, dann das andere.

IHR WERT: \_\_\_\_\_

## 5. ORDNUNG

- 1. Ich bin besser organisiert als die meisten anderen Menschen.
- 2. Ich habe Regeln, die ich befolge.
- 3. Ich mag es, wenn die Dinge aufgeräumt sind.
- 1. Mein Büro oder meinen Schreibtisch kann man meist wirklich nicht als ordentlich bezeichnen.
- 2. Ich mag es überhaupt nicht, Dinge planen zu müssen.
- Weder noch. Manchmal stimmt das eine, dann das andere.

IHR WERT: \_\_\_\_\_

## 6. SPAREN

- 1. Ich bin ein Sammler.
- 2. Viele halten mich für einen „Geizkragen“.
- 3. Geld ist für mich noch wichtiger als für die meisten anderen.
- 1. Ich bin großzügig.
- 2. Ein „Sammler und Sparer“ war ich noch nie.
- Weder noch. Manchmal stimmt das eine, dann das andere.

IHR WERT: \_\_\_\_\_

## 7. EHRE

- 1. Ich bin als prinzipientreuer Mensch bekannt.
- 2. Man schätzt meine Loyalität.
- 1. Ich glaube, dass jeder für sich alleine schauen muss, wo er bleibt.
- 2. Wenn ich ehrlich bin, kümmere ich mich kaum oder gar nicht um moralische Fragen.
- Weder noch. Manchmal stimmt das eine, dann das andere.

IHR WERT: \_\_\_\_\_

## 8. IDEALISMUS

- 1. Für einen guten Zweck bringe ich auch persönliche Opfer.
- 2. Ich spende oder tue oft etwas für die Menschen, die es wirklich brauchen.

- 1. Ich interessiere mich nicht für öffentliche Angelegenheiten.
- 2. Wohlfahrt bringt nichts und interessiert mich nicht.
- Weder noch. Manchmal stimmt das eine, dann das andere.

IHR WERT: \_\_\_\_\_

### 9. BEZIEHUNGEN

- 1. Ich brauche andere Menschen, um glücklich zu sein.
- 2. Man kennt und schätzt mich als humorvollen Zeitgenossen.
- 1. Ich lebe meist zurückgezogen – eigentlich bin ich das, was man eine „private Person“ nennt.
- 2. Partys mag ich überhaupt nicht.
- 3. Außer mit meiner Familie und wenigen engen Freunden habe ich keine Kontakte.
- Weder noch. Manchmal stimmt das eine, dann das andere.

IHR WERT: \_\_\_\_\_

### 10. FAMILIE

- 1. Kinder und Kindererziehung gehören zu meinem Lebensglück.
- 2. Mit meinen Kindern verbringe ich mehr Zeit als andere Eltern.
- 1. Meine Elternrolle empfinde ich häufiger, als mir recht ist, als belastend.
- 2. Ich habe mein Kind verlassen.
- Weder noch. Manchmal stimmt das eine, dann das andere.

IHR WERT: \_\_\_\_\_

### 11. STATUS

- 1. Ich mag eigentlich immer nur die besten und schönsten Dinge.
- 2. Es gefällt mir, andere mit meinem Besitz zu beeindrucken und ihnen zu gefallen.
- 1. Reichtum interessiert mich sehr viel weniger als andere.
- 2. Das Leben der Schönen und Reichen beeindruckt mich überhaupt nicht.
- Weder noch. Manchmal stimmt das eine, dann das andere.

IHR WERT: \_\_\_\_\_

### 12. RACHE

- 1. Ich bin aggressiv und kann meine Wut oder meinen Ärger oft nicht kontrollieren.
- 2. Ich sinne oft lange nach Genugtuung und Revanche.
- 1. Ich bin sehr viel seltener wütend oder ärgerlich als andere.

2. Ich bin nicht gerne in Konkurrenz oder im Wettbewerb mit anderen.

- Weder noch. Manchmal stimmt das eine, dann das andere.

IHR WERT: \_\_\_\_\_

### 13. ROMANTIK

- 1. Ich kann meine sexuellen Wünsche oft kaum kontrollieren.
- 2. Ich habe ein sehr intensives Sexualleben.
- 3. Schönheit ist außerordentlich wichtig für mich.
- 1. Ich mag Sex nicht besonders.
- 2. Im Grunde genommen ist Sexualität eher abstoßend.
- Weder noch. Manchmal stimmt das eine, dann das andere.

IHR WERT: \_\_\_\_\_

### 14. ERNÄHRUNG

- 1. Im Vergleich mit anderen spielt Essen für mich eine größere Rolle.
- 2. Ich esse, sooft es geht.
- 1. Ich esse eigentlich nie mehr, als mir gut tut.
- 2. Ich hatte noch nie größere Gewichtsprobleme.
- Weder noch. Manchmal stimmt das eine, dann das andere.

IHR WERT: \_\_\_\_\_

### 15. KÖRPERLICHE AKTIVITÄT

- 1. Ich habe mich schon immer viel bewegt.
- 2. Wenn ich auf meinen Sport verzichten müsste, wäre ich unglücklich.
- 1. Ich war schon immer etwas träge.
- 2. Ich weiß, dass ein faules Leben ein schönes Leben ist.
- Weder noch. Manchmal stimmt das eine, dann das andere.

IHR WERT: \_\_\_\_\_

### 16. RUHE

- 1. Ich bin meist schüchtern oder furchtsam.
- 2. Es ängstigt mich, wenn ich mich gestresst oder unsicher fühle.
- 1. Ich bin objektiv gesehen weniger ängstlich als viele andere.
- 2. Ich bin mutig und unerschrocken.
- Weder noch. Manchmal stimmt das eine, dann das andere.

IHR WERT: \_\_\_\_\_

**Auswertung**

1. Tragen Sie Ihre Werte in das Diagramm ein und verbinden Sie sie zu einer Linie – Ihrem Motiv- und Persönlichkeitsprofil.

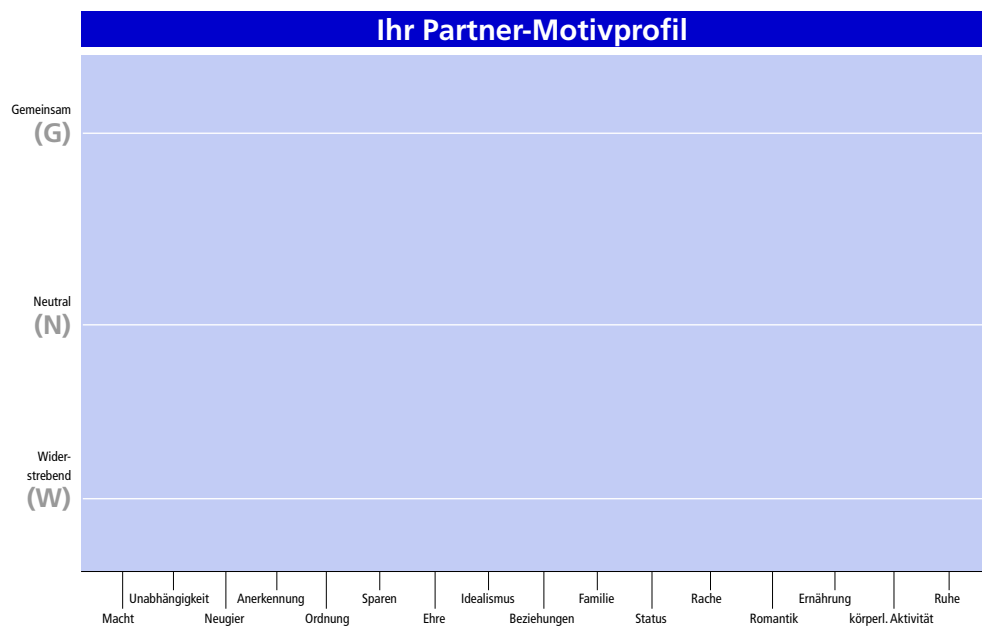
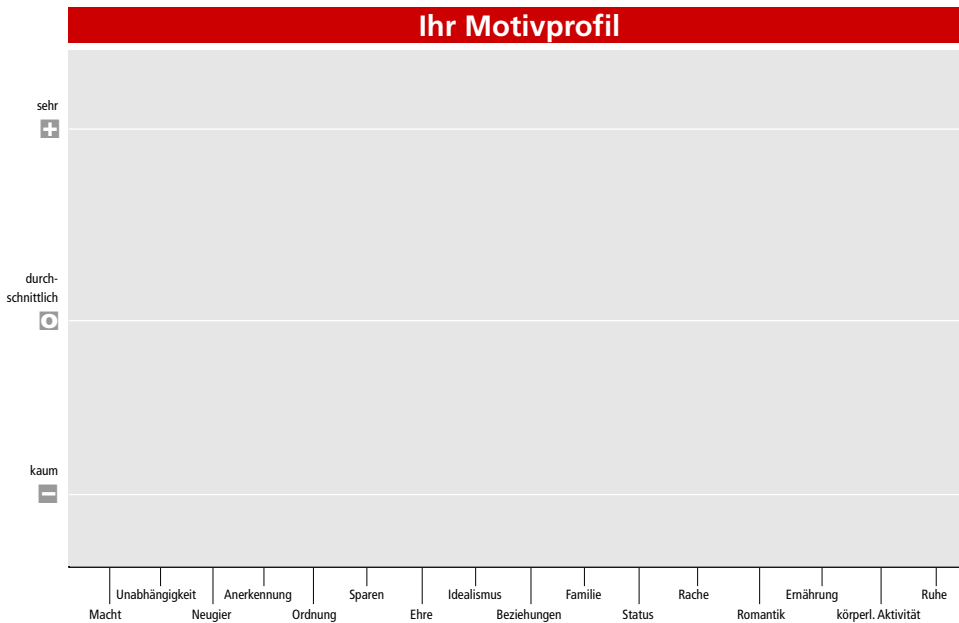
2. Machen Sie sich die „Spitzen“ und „Tiefen“ bewusst: Was sind die wirklich wichtigen Bereiche und Werte in Ihrem Leben? Welche Dinge interessieren Sie überhaupt nicht?

3. Wie gut können Sie Ihre wichtigsten Werte, Bedürfnisse und Ziele in den verschiedenen Lebensbereichen verwirklichen – bei der Arbeit, in Familie oder Freizeit? Sind Sie insgesamt glücklich und zufrieden? Welche Hindernisse und Schwierigkeiten gibt es? Wie könnten Sie sie überwinden?

4. Wie sieht es bei den weniger entscheidenden Bereichen aus? Ver-

bringen Sie (zu) viel Zeit mit Dingen, die Ihnen eigentlich nichts bedeuten?

5. Machen Sie die Gegenprobe und lassen Sie sich von Partnern, Freunden oder Kollegen beurteilen: Stimmen die jeweiligen Eigen- und Fremdbilder überein? Oder gibt es Diskrepanzen? Warum? Betreffen sie wichtige Bereiche?



Das Reiss-Profil II:

# Der Partnertest

Sie können das Reiss-Profil auch nutzen, um die Motiv-, Interessens- und Wertestruktur Ihrer Partnerschaft zu erkennen. Jeder Partner testet mit dem Reiss-Profil, wie wichtig die jeweiligen Motive für sein Leben sind. Markieren Sie wichtige Motive mit **+**, wenig bedeutende mit **-** und durchschnittlich ausgeprägte mit **0**.

Übertragen Sie die Werte für sich (A) und Ihren Partner (B) in die folgende Tabelle; notieren Sie dabei – wie im Beispiel aufgeführt – in der Spalte „Gesamt“ ein „G“ für gemeinsame Werte (**++** oder **--**), „N“ für neutrale (**00**, **0-** oder **0+**) und „W“ für widerstrebende (**+-** oder **-+**).

Beispiel	A	B	Gesamt	Ihre Werte		
				Sie/A	Ihr Partner/B	Gesamt
Macht	+	+	G			
Unabhängigkeit	-	0	N			
Neugier	+	-	W			
Anerkennung	0	0	N			
Ordnung	0	+	N			
Sparen	-	-	G			
Ehre	-	-	G			
Idealismus	-	+	W			
Beziehungen	-	0	N			
Familie	0	0	N			
Status	+	+	G			
Rache	0	-	N			
Romantik	-	+	W			
Ernährung	-	-	G			
körperl. Aktivität	+	-	W			
Ruhe	-	0	N			

Diese Fassung des Reiss-Profiles ist eine von Steven Reiss entwickelte „Kurzform“ für den individuellen Gebrauch. Sie dient ausschließlich dazu, sich einen qualitativen, orientierenden Überblick über sein Motivprofil zu verschaffen. Der vollständige Test – das *Reiss Profile of Fundamental Goals and Motivational Sensitivities* – darf nur von Psychologen durchgeführt werden; für das Reiss-Profil gibt es bisher noch keine deutsche Fassung. Reiss weist darauf hin, dass die Kurzform 43 Millionen Profile erfassen kann, der Originaltest dagegen über zwei Billionen.

## Auswertung

1. Zeichnen Sie Ihr Partnerprofil und interpretieren Sie es: In welchen Bereichen, Werten und Interessen – den „Höhen“ – verfolgen Sie gleiche Ziele? Wo liegen die „Tiefen“?

2. Welche Auswirkungen haben die Gemeinsamkeiten für die Partnerschaft? Spielen sie eine wichtige, dominierende Rolle – oder kommen sie nur am Rande vor?

3. Wie beeinflussen die gegenläufigen, widerstrebenden Interessen das gemeinsame Leben?

4. Fühlen Sie sich von Ihrem Partner im Wesentlichen akzeptiert und verstanden? In welchen Verhaltensweisen und Werten werden sie „missverstanden“?

5. Bewerten Sie das Verhalten Ihres Partners: Fühlt er sich verstanden? Welche Missverständnisse gibt es? Wie erklären Sie diese? Und wie könnten Sie sie gemeinsam lösen?

Jede Partnerschaft benötigt zwar eine individuelle Beratung, falls es Probleme oder Verstimmungen gibt. Allerdings kann im Alltag unabhängig sonstiger „Arrangements“ eine ebenso einfache wie wirksame Prämisse die Beziehung stabilisieren und fördern: Verbringen Sie bewusst mehr Zeit in den Bereichen, die beiden Partnern wichtig und wertvoll sind!