

Motivation: Weiter, immer weiter Durch welche zwei Möglichkeiten kann Motivation ausgelöst werden?	Motivation: Weiter, immer weiter - Triebe - Handlungsfähigkeit / Freiheit
Motivation: Weiter, immer weiter Von was hängt Motivation ab?	Motivation: Weiter, immer weiter -situativen Anreizen - persönliche Präferenzen
Motivation: Weiter, immer weiter Welche Faktoren spielen bei der extrinsischen (äußeren) Motivation eine Rolle?	Motivation: Weiter, immer weiter Positive (z.B. Lob) und negative Verstärkungen (z.B. Tadel)
Motivation: Weiter, immer weiter Welche Faktoren spielen bei der intrinsischen (inneren) Motivation eine Rolle?	Motivation: Weiter, immer weiter -Neugier -Anreiz -Erfolg
Motivation: Weiter, immer weiter Nenne und erkläre die vier Handlungsphasen der Motivation	Motivation: Weiter, immer weiter 1. Abwägame: Vor- und Nachteile eines Wunsches abwägen 2. Planungsphase: Planen der Entscheidung 3. Handlungsphase: Planung durchführen 4. Bewertungsphase: eigenes Handeln bewerten und prüfen, ob Ziel erreicht wurde
Motivation: Weiter, immer weiter Erkläre die Begriffe 1. Valenz 2. Instrumentalität 3. Erwartung	Motivation: Weiter, immer weiter 1. Wertigkeit für das Individuum 2. Erwartung an Befriedigung der eigenen Bedürfnisse 3. Wahrscheinlichkeit, Ziel zu erreichen

Motivation: Weiter, immer weiter Nenne die fünf Moderatorvariablen der Zielsetzungstheorie	Motivation: Weiter, immer weiter -Zielbindung -Regeln bei Aufgabenbewältigung - Feedback - Mitspracherecht der Betroffenen - Selbsteinschätzung
Lebensmut: Wie wir ihn wecken Was ist Lebensmut?	Lebensmut: Wie wir ihn wecken Das Gefühl,dass man sein Leben noch gut gestalten kann
Lebensmut: Wie wir ihn wecken Was können Basisvoraussetzungen für Depressionen sein?	Lebensmut: Wie wir ihn wecken - Genetische Veranlagungen - Störungen in der Kindheit - Neurobiologische Störungen - Geringe Toleranz gegenüber Belastungsstörungen
Lebensmut: Wie wir ihn wecken Nenne Gründe, wieso Depressionen vor allem in der Neuzeit auftreten	Lebensmut: Wie wir ihn wecken Stress, Konsum psyche-verändernde Mittel, Missachtung des inneren Rhythmus,...
Lebensmut: Wie wir ihn wecken Nenne Faktoren, die Depressionen fördern können	Lebensmut: Wie wir ihn wecken Drogen- und Alkoholmissbrauch, Arbeitslosigkeit, traumatische Erlebnisse,...
Lebensmut: Wie wir ihn wecken Nenne Folgen von Depressionen	Lebensmut: Wie wir ihn wecken Diabetes, erhöhtes Herzinfarkttrisiko,..