

Motivationstheorien

- ① Welche 3 Grundmotive kennst du?
- Erläutere diese und gib jeweils ein Beispiel dazu.

- ② Nenne die verschiedenen Motivationstheorie und erkläre sie kurz in eigenen Worten.

- ③ Warum fällt es vielen Menschen schwer, sich zu bewegen?

- keine Lust
- Sport ist ungesund
- zu wenig intrinsische Motivation
- schon fit genug
- zu wenig extrinsische Motivation

Rettenwender E. (2018): *PSYCHOlogie*. Linz und Wien: Veritas.

Psychologie

Angaben zu den Urhebern und Lizenzbedingungen der einzelnen Bestandteile dieses Dokuments finden Sie unter <https://www.tutary.de/entdecken/dokument/motivation-motivationstheorien>