



Aktivierung spezifischer Selbstwirksamkeitsüberzeugungen

Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen? Als ich für die letzte Arbeit bei Herrn Schulze gelernt habe, ...	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beur- teilen
hatte ich das Gefühl auch schwierige Aufgaben lösen zu können, wenn ich mich anstrenge.	<input type="checkbox"/>				
fiel es mir leicht, neue Dinge, die ich lernen muss, zu verstehen.	<input type="checkbox"/>				
glaubte ich daran, dass ich auch die ganz schwierigen Aufgabe in der Arbeit schaffen werde.	<input type="checkbox"/>				
hatte ich das Gefühl, dass ich auch noch dann eine gute Leistungen erzielen kann, wenn ich bei der Vorbereitung krank werden sollte.	<input type="checkbox"/>				
war ich mir sicher, dass ich gute Leistungen erzielen kann, trotzdem er an meinen Fähigkeiten zweifelt.	<input type="checkbox"/>				
hatte ich das Gefühl, dass ich das erreichen kann, was ich mir für die Arbeit vorgenommen habe.	<input type="checkbox"/>				

Aktivierung intrinsischer Wertmaßstäbe (Flow-Erleben)

Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen? Als ich für die letzte Arbeit bei Herr Schulze gelernt habe, ...	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beur- teilen
war ich ganz vertieft in das, was wir für diese Arbeit lernen mussten.	<input type="checkbox"/>				
fühlte ich mich optimal beansprucht.	<input type="checkbox"/>				
habe ich alles um mich herum vergessen.	<input type="checkbox"/>				
habe ich gar nicht gemerkt, wie die Zeit vergeht.	<input type="checkbox"/>				