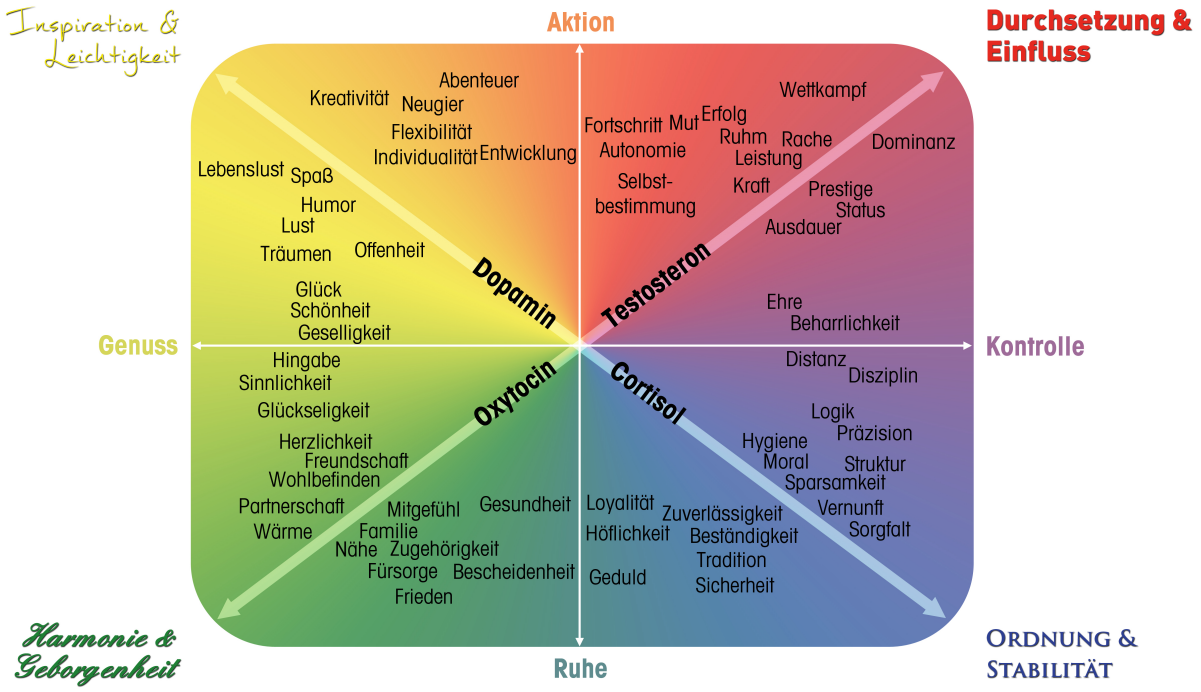
Im Emotionscoaching mit emTrace® spielt der Motivkompass® eine zentrale Rolle.

Die Forschung konnte vier neurobiologische Grundmotive identifizieren, nach denen wir Menschen streben und in denen sich die Welt unseres menschlichen Erlebens und Verhaltens abbilden lässt.

Motivkompass®



© Dirk W. Eilert

Unter Motiv verstehen wir einen „wertegeladenen Zielzustand“: bei Erfüllung unserer Werte und Bedürfnisse ist das Motivfeld stark und wir sind insgesamt in Balance.

Verletzte Werte schwächen das Motivfeld, und eine dauerhafte Nichtbefriedigung oder Verletzung eines oder mehrerer dieser Grundmotive führt dazu, dass unsere psychische Gesundheit und unser Wohlbefinden leiden.

Die vier Grundmotive sind über Neurotransmitter und Hormone in unserer Neurobiologie verankert. Die Anordnung und Benennung der Motivpole im Motivkompass® basiert auf den Erkenntnissen der Neurowissenschaften und der Psychologie zu den menschlichen Motiv- und Emotionssystemen:

1. **Durchsetzung & Einfluss:** Dieses Grundmotiv lässt uns danach streben, mit unserem Handeln etwas zu bewirken. Hier geht es um das Erleben von Selbstwirksamkeit, Selbstbestimmung und um den Erhalt und die Förderung eines positiven Selbstwerts.

2. **Ordnung & Stabilität:** Wir haben ein tiefverwurzeltes Bedürfnis danach, die Welt und die Ereignisse unseres Lebens einordnen und verstehen zu können. Gelingt uns dies, fühlen wir uns sicher. Sicherheit ist die notwendige Grundlage für Heilung und Entwicklung.

3. **Harmonie & Geborgenheit:** Menschen sind soziale Wesen. Wir streben nach einer Verbindung zu anderen Menschen und nach Zugehörigkeit. Wir sind statistisch sehr viel gesünder, wenn wir über starke zwischenmenschliche Beziehungen verfügen.

4. **Inspiration & Leichtigkeit:** Dieses Grundmotiv spiegelt unser Streben nach Spass, Lust und Freude wider. Auf neuronaler Ebene wird es durch das Belohnungsnetzwerk in unserem Gehirn abgebildet.

Literatur:

→ Bischof, N. (1985). Das Rätsel Ödipus.

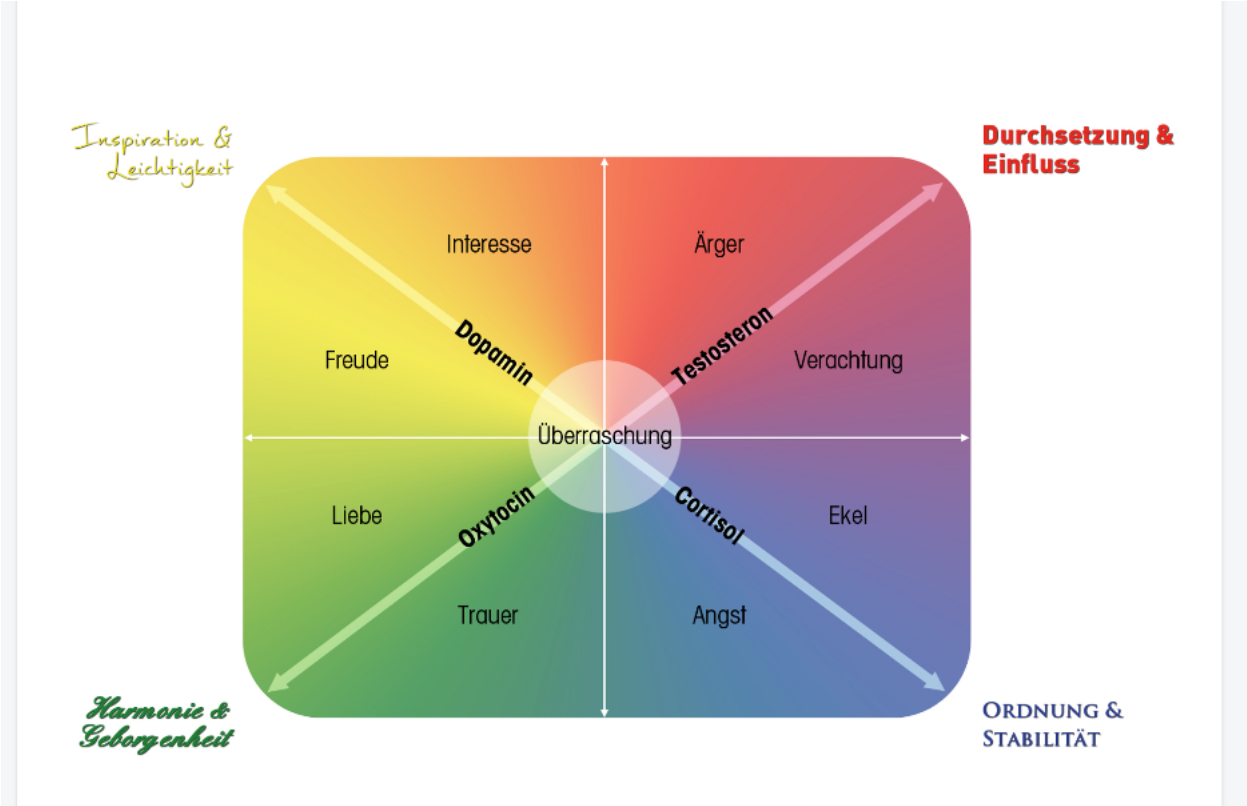
→ Grawe, K. (2004). Neuropsychotherapie.

→ Habermacher, A., Ghadiri, A., & Peters, T. (2014). The case for basic human needs in coaching.

Wie hängen nun Werte, Motive und Emotionen zusammen?

Nicht nur Motiv- und Wertebegriffe lassen sich in den Motivkompass einordnen, sondern auch **unsere Grundemotionen** haben ihre neurobiologisch begründbare Position darin.

Das hilft uns, das emotionale Geschehen einordnen zu können. Denn es gilt: „Unangenehme, stressende Emotionen sind Hinweisschilder auf unerfüllte Bedürfnisse und verletze Werte."



Daraus leitet sich ab, welche Emotionen im Coaching reguliert werden müssen, um den Klienten bei seinem Thema wieder in Balance und in Kontakt zu seinen Ressourcen zu bringen.