

## **Mit Gamification zu mehr Motivation!**

21.11.2022

Auch ein innerer Schweinehund spielt gerne. Wer ihm spielerische Anreize und Belohnungen gibt, merkt, dass er sich wunderbar zähmen lässt. So machen Sport und Bewegung noch mehr Spaß (ARAG Newsletter, 21.11.2022).

### **Was ist eigentlich Gamification?**

Gamification ist die Übertragung von spieltypischen Elementen und Vorgängen in spielfremde Zusammenhänge. Man meistert eine Challenge – etwa 10.000 Schritte am Tag zu laufen – und bekommt eine Belohnung. Einmal natürlich die Befriedigung, in dieser Woche mehr gelaufen zu sein als in der letzten Woche. Dann aber noch die Belohnung der Fitness-App mit Münzen, Punkten oder was man sonst so sammeln kann (aus ARAG Newsletter, 21.11.2022).

[Lesen Sie mehr!](#)

[Zurück](#)

