

**Das treibt mich an.
Motiviert sich selbst und andere führen.
Ein Workshop für Frauen aus Handwerk und Technik am 5. und 6. Oktober
2018**

***„In jeder Frau steckt eine Königin. Sprich zu der Königin, und sie wird
herauskommen.“ (Dt. Sprichwort)***

Was motiviert mich? Warum stehe ich morgens auf? Weshalb liebe ich meinen Job – oder auch nicht? Wie gut lasse ich mich extrinsisch motivieren, also durch Anreize wie Geld, Geschenke und Anerkennung? Und wie kommt es, dass ich auch ohne äußere Anreize in bestimmten Situationen zu Hochleistungen auffahre?

Was dahinter steckt ist die sogenannte intrinsische Motivation, also das, was mich wirklich antreibt. Ziel des Workshops ist es, die Grundlagen der Motivation zu verstehen, also die Basis dessen, was nötig ist, um motiviert zu arbeiten bzw. andere zu motivieren.

Darüber hinaus geht es um den Unterschied zwischen extrinsischer und intrinsischer Motivation und deren Bedeutung im Arbeitsleben. Wir setzen uns damit auseinander, welche unterschiedlichen intrinsischen Motivationen es gibt und welche Auswirkungen sie auf den Job und zwischenmenschliche Beziehung haben.

Inhalte

- Reflexion der Fundamente der Motivation (wie z.B. Sinn, Selbstvertrauen, Gestaltungsmöglichkeit, Ressourcen, Druck)
- Auseinandersetzung mit den eigenen extrinsischen Motivatoren / Anreizen (wie Geld, Ansehen, Ruhm und Ehre)
- Die Schattenseite der Motivation: Demotivation
- Reflexion der eigenen intrinsischen Motivation
- Einfluss des eigenen inneren Antriebs auf die Arbeit und den Umgang mit anderen

Methoden

- Viel Praxis:
 - Übungen
 - Reflexion eigener Erfahrungen
- Theorieinput (Motivationshaus, extrinsische / intrinsische Motivation)

Termin und Dauer: Freitag, 5. Oktober 2018, 17:30-21:00 Uhr und Samstag, 6. Oktober 2018, 9:30-18:00 Uhr

Trainerin: Der Workshop wird von **Sabine Lipski, Trainerin und Coach** durchgeführt. Sie bringt außerdem mehr als 20 Jahre Berufserfahrung als Ingenieurin in dem Bereich Planung und Bau mit.

Veranstaltungsort: Berufsbildungswerk GmbH (bftw), Landsberger Allee 117 a, 3. Etage, 10407 Berlin

Anmeldung: telefonisch unter **68 40 11 40** oder per E-Mail an info@frauenimhandwerk.de

Kosten: Dank der Förderung durch das Land Berlin entstehen für die Teilnahme an dem Workshop keine Kosten.