

Mentale Power für mehr Freude im Job – ein spannendes Seminar des Fachverbands der Hauswarte St. Gallen/Appenzell/Liechtenstein

Am Mittwoch 8. September 2021 fanden sich 9 interessierte Hauswartinnen und Hauswarte in Gams im Oberstufenzentrum Widem ein. Zu Beginn haben wir einen Kurzfilm über eine Kommunikationssituation gesehen, indem ein Commander eines US-Amerikanischen Kriegsschiffs mit einem anderen Funkteilnehmer spricht und dabei immer lauter und aggressiver wird, um seine Position zu verteidigen und seine vermeintliche Macht durchzusetzen. Am Schluss wird dann deutlich, dass es sich beim Gegenüber um einen Leuchtturm handelt und diese Position ja nicht veränderbar ist. Diese Situation reflektierten wir und konnten hierbei einige Parallelen zu unserem Hauswartalltag ziehen. Anschliessend tauchten wir Seminarteilnehmende in die Welt eines Fischladens ein und sahen, dass die vier Grundprinzipien «Spielen», «anderen eine Freude bereiten», «präsent sein» und «die innere Einstellung wählen» zentrale Bedeutung für die Motivation auch in unserem Arbeitsalltag haben. Am Nachmittag haben wir einige praxisnahe Konfliktsituationen reflektiert und analysiert und lernten dabei die SAGES-Methode kennen und anwenden, ein wirklich effektives und effizientes Kommunikations-Tool, das uns im Berufsalltag sehr viel nützen wird. Schliesslich haben wir gemeinsam einen Turm mit Holzklötzen errichtet, die wir mit Fäden hochziehen mussten, welche allesamt miteinander verbunden waren. Wir sagen dabei deutlich, wie schwierig es ist, in Stresssituationen richtig zu kommunizieren, denn auch hier waren oft die Perspektiven auf die Sachlage unterschiedlich und wir hatten noch Zeitdruck in der Übungsanleitung. Es machte aber grossen Spass und wir konnten auch hier einiges lernen. Kilian D. Grütter hat uns über den ganzen Tag in verschiedene Themen eingeführt und das Seminar methodisch-didaktisch abwechslungsreich gestaltet, sodass wir einen Mehrwert für unsere Berufspraxis erhalten konnten. Vielen Vereinsmitgliedern unseres Verbandes wäre es ein grosser Nutzen, einen solchen spannenden Kurs zu besuchen und für den Berufsalltag viel Wissenswertes zu lernen. Das Seminar können wir jederzeit gerne weiterempfehlen und wir Teilnehmenden freuen uns schon jetzt auf weitere Seminare im 2022! Zum Schluss gebührt ein grosser Dank an René Stöckli für die grossartige Organisation und an Kilian D. Grütter für das spannende, kurzweilige und lehrreiche Seminar und das Hauswartteam Gams für den Kaffee, Gipfeli und die Räumlichkeit.

Marc Buschor, Vereinsmitglied



Übung: Tower of power mit den Seminarteilnehmenden