

EBuSti-Mentaltraining: Sind Sie Ball oder Spieler?

Mit zusätzlichen, außergewöhnlichen Wegen für den eigenen Erfolg wie auch für den Erfolg von Mitarbeitern, beschäftigten sich Kollegiaten und Mentoren der Eberle Butschkau-Stiftung (EBuSti), wie auch Personalreferenten der Sparkassen während eines dreitägigen Mental-Trainings in der Sparkassenakademie in Erfurt.

OLIVER THIEM

Förderkreissprecher des FK-Mitte

Das schwächste Glied bestimmt die Belastbarkeit jeder Kette und somit auch die Leistungsfähigkeit eines Unternehmens. Wenn Mitarbeiter oder Führungskräfte „perfekt“ in Fachwissen, Rhetorik-, Verkaufs-, Kommunikations- und Mitarbeiterführungstechniken sind, die mentale Stärke jedoch zu wenig ausgebildet ist, können diese „fundierter“ erklären, weshalb etwas nicht umsetzbar ist oder sie vergessen einfach, was sie gelernt haben. Häufig entstehen dadurch Gefühle von Unlust oder sogar von Sinnlosigkeit der eigenen Tätigkeit, latente Feindlichkeiten innerhalb und zwischen den Abteilungen und somit für ein Unternehmen völlig sinnlose kontraproduktive Kosten.

Erfolgreiche Menschen oder Unternehmen zeichnen sich hingegen durch eine stark ausgeprägte mentale Stärke von sich selbst bzw. ihrer Mitarbeiter aus. Der mentale Aspekt ist einer der letzten menschlichen Ressourcen, die Unternehmen Effizienzsteigerungen ermöglichen. Es entstehen immer weniger „innere Reibungsverluste“ und mehr Klarheit für das Wesentliche. Der Weg des Mentaltrainings führt hierbei darüber, die eigenen und die Emotionen anderer sowie die Funktionsweise des Denkens zu erkennen und sich bewusst zu machen.

Im Rahmen eines dreitägigen Mentaltrainings zeigte der Trainer Manfred Gabl (aus Planegg bei München; Fachmann für Mitarbeiter- und Führungskräfteentwicklung) den Kollegiaten, Mentoren und Personalreferenten auf seine „etwas andere“ Art und Weise, außergewöhnliche Wege und Möglichkeiten, die eigene mentale Stärke zu erhöhen und ihre Wahrnehmung zu intensivieren. Die Teilnehmer lernten dadurch, wie sie zukünftig ihr ganzes Wissen jederzeit und auch bei Stress vollumfänglich, effizient und erfolgreich in Alltag, Studium und Beruf einsetzen können.

Alle Teilnehmer erkannten nach und nach, dass der Schlüssel für beruflichen und privaten Erfolg im Ansatz „Ball oder Spieler“ begründet liegt. Fokus ist hierbei, selbst als „Spieler“ bewusst die äußeren Anforderungen ohne „vorgefärbte Brille“ zu erkennen, die inneren (hinderlichen) Vorgänge zu lenken und nicht als „Ball“ unbewusst hinnehmen zu müssen. Damit können Herausforderungen mit neu entstehender wirklicher Freude erfolgreich bewältigt werden.

Förderlich auf den Seminarerfolg wirkten sich die zahlreichen interaktiven Trainingseinheiten sowie das multimodale Lernkonzept des Trainers aus. Teilnehmer berichten darüber, dass sie außergewöhnlich viele Einzelheiten der Trainingsinhalte behielten und in der Praxis, im Beruflichen und Privaten, einfach anwenden konnten.

Am zweiten Seminartag begaben sich alle auf einen außergewöhnlichen „Waldspaziergang“ im Umland von Erfurt und sammelten neue, eindrucksvolle Erfahrungen über sich selbst und ihre Mitmenschen. Teilnehmer die vor dem Mentaltraining „schworen“, dass sie immer genau wissen was sie machen und denken, und dass sie

besser sein könnten, wenn nur nicht z.B. „andere“ sie behindern oder falsch einschätzen würden, lernten vollkommen neue Perspektiven kennen.

Während des Mentaltrainings setzte nach und nach bei allen Beteiligten ein bewusstes Umdenken ein: Mehr selbstverantwortlich sein eigenes (Berufs-) Leben in die eigene Hand zu nehmen, seine eigene Lebensfreude immer mehr zu entwickeln und andere Menschen oder Ereignisse nicht zu verurteilen, sondern zu verstehen. Denn aus der Sicht des anderen, bin ich der andere, der sich ja als OK ansieht. Ein attraktives kulturelles Rahmenprogramm ermöglichte es Kollegiaten, Mentoren und Personalreferenten, sich über die gewonnen Erkenntnisse und Erfahrungen während des Mentaltrainings intensiv am Abend auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen. Höhepunkt bildete hierbei ein Nachtwächterrundgang durch das historische Zentrum der Landeshauptstadt Erfurt.



Freuten sich über die außergewöhnliche Veranstaltung, die ein weiterer Baustein im Personalentwicklungskonzept der Eberle-Butschkau-Stiftung ist: Kollegiaten und Mentoren der Eberle-Butschkau-Stiftung, Personalreferenten von Sparkassen sowie Trainer Manfred Gabl (2. von rechts)