

# Infrastruktur-Dienste

## Energiekompetenz – die etwas andere Weiterbildung

**In der Klinik St.Pirminsberg stehen im Jahr 2015 umfangreiche Umbauten und Renovationen an. Dies stellt insbesondere die Führungskräfte und die Mitarbeitenden der Bereiche Hotellerie und Gastronomie vor grosse Herausforderungen. Damit sie ihre wichtigen Aufgaben weiterhin mit Freude ausführen und dabei gesund bleiben können, ist es wichtig, sie in ihrem persönlichen Energiemanagement zu unterstützen.**

So wurden in zwei Etappen alle Führungskräfte und Mitarbeitenden der Bereiche Hotellerie und Gastronomie durch einen zertifizierten Coach, für das wichtige Thema Energiekompetenz sensibilisiert. Beim Konzept zu persönlicher Energiekompetenz besteht das Ziel auf der einen Seite darin, Fähigkeiten zu entwickeln, wie mit der vorhandenen Energie besser umgegangen und wie neue Energie gewonnen werden kann. Auf der anderen Seite geht es aber auch darum, Energielöcher zu erkennen und zu beseitigen. Durch das Entdecken und Entwickeln der Energiekompetenz können die Gesundheit, das Wohlbefinden und das individuelle Leistungsvermögen optimiert werden.

Im März 2015: Aufgeteilt in zwei Gruppen, wurde hier in Pfäfers mit einem halbtägigen Einführungsworkshop gestartet. Dabei haben wir einen Überblick über das Thema Energie gewonnen. Da schwierige Situationen viel Energie kosten, haben wir uns mit diesem Thema auseinandergesetzt und wichtige Erkenntnisse erhalten. Wir haben miteinander herausgefunden, welche Massnahmen im Umgang mit schwierigen Situationen hilfreich sind, und zwar auf persönlicher Ebene und auf Teamebene. Wir haben alle zusammen fünf besondere Handlungsweisen erarbeitet, an die wir uns erinnern wollen,



v.l. Nicole Näf, Diätköchin; Karin Zindel, Auszubildende Köchin



v.l. Mariyampillai Antonimuthu, Gebäudereiniger; Mahesvaralingam Nagalingam, Hilfskoch

wenn es gilt, gut mit schwierigen Situationen umzugehen. Es sind dies: Freundlich und cool bleiben, kurze Auszeit nehmen - Druck ablassen, reden und zuhören - Verständnis füreinander haben, miteinander Lösungen finden, handeln - bewegen - Verantwortung übernehmen.

Im Mai 2015: Aufgeteilt in drei Gruppen, wurde jeweils an einem ganzen Tag in der Taminaschlucht in Bad Ragaz das Bewusstsein für unser Energiemanagement auf besondere Art und Weise geschärft. So haben wir viel Wissenswertes zum Thema Energie erfahren. Weiter haben wir herausgefunden, was wir im Bereich Energiemanagement bereits alles gut machen, aber auch unsere Entwicklungsfelder erkannt - und mögliche Schritte zur Optimierung in Angriff genommen. Wir haben eine Auszeit aus dem Alltag genommen, uns auf besondere Art und Weise weitergebildet, uns in der Natur bewegt, Energiequellen entdeckt, viel miteinander gesprochen und gelacht, aber auch inne gehalten, uns untereinander besser kennengelernt, Neues ausprobiert und die Natur als wunderbare Inspirations- und Kraftquelle (wieder) entdeckt.

Schliesslich haben wir die Erkenntnis gewonnen, dass unsere Energie nicht unendlich vorhanden ist, und dass wir daher gut und sorgsam mit uns selber umgehen wollen - und dass bereits kleine Schritte zu mehr persönlicher Energiekompetenz eine grosse Wirkung haben können.

Im September werden wir uns wieder treffen, unsere gemachten Erfahrungen austauschen und schauen, was es noch braucht, um dran zu bleiben.

Sandro Ursch, Leiter Infrastruktur-Dienste