

Lehrlingstag 2024: Mit Erwartungen und Stresssituationen umgehen lernen und die Wirkung auf andere verbessern

Der Lehrlingstag 2024 stand im Zeichen zwei ganz verschiedener Themen: Dem richtigen Umgang mit Stresssituationen und Erwartungshaltungen und Selbstmarketing.

Vier spannende ReferentInnen standen an der 20. Ausgabe der Forumsveranstaltung für Lernende aus der Ostschweiz auf der Bühne. Mitgebracht haben sie je fünf konkrete und praxiserprobte Rezepte für den Alltag von Auszubildenden und Ausbildenden, welche die Teilnehmenden in Form eines Handouts mit nach Hause nehmen konnten.

Morell Westermann, Zukunftsforscher, Ingenieur und Pilot zeigte anhand der Strategien der Piloten, Extremsituationen zu meistern, wie diese auch im täglichen Leben funktionieren und erfolgreich machen. Er wies daraufhin, dass eine akribische Vorbereitung, eine Checkliste bei komplexen Aufgaben und ein Plan B unabdingbar sind.

Simone Mächler-Fehr, Expertin für Marketing und Verkauf, zeigte auf, wie Unsicherheiten abgelegt und der positive, persönliche Auftritt professionalisiert werden kann – und damit Selbstvertrauen im Umgang mit anderen gewonnen wird – beruflich und privat. Sie machte darauf aufmerksam, dass mehr als 50% der Wirkung nonverbal ist, die Körpersprache beeinflusst mit 55%.

Nicole Brändle, Direktorin von HotellerieSuisse, erläuterte, mit welchen Strategien es gelingt, erfolgreich mit Erwartungsdruck und Stress umzugehen, und wie dies im permanenten Spannungsfeld zwischen Familie und Beruf funktioniert. Sie zeigte die Wichtigkeit auf, keine Zeit und Nerven mit Dingen zu verlieren, die nicht geändert werden können.

Christian Stucki, Schwingerkönig und Sportler des Jahres 2019, zeigte auf, dass nicht nur Kraft und Technik nötig sind, sondern auch die richtige Einstellung ein wesentlicher Faktor darstellt, um erfolgreich zu sein. Ebenfalls gelte es dafür, sich auf eine Aufgabe zu fokussieren und die Komfortzone zu verlassen.

Der nächste Lehrlingstag findet am 24. November 2025 statt. Interessierte können sich für den Newsletter unter www.lehrlingstag.ch anmelden.

Der Grundgedanke dieser gemeinnützigen Veranstaltung ist es, den Jugendlichen und deren Ausbildnern Rüstzeug und Motivation für die Lehrzeit mitzugeben. Der Lehrlingstag wird unter dem Patronat der Regierung des Kantons Thurgau, des Thurgauer Gewerbeverbandes, der Industrie- und Handelskammer Thurgau und des Verbandes Thurgauer Landwirtschaft veranstaltet. Der Anlass findet im Kongresszentrum Thurgauerhof in Weinfelden statt, wird von erfahrenen Forumsveranstaltern organisiert, mit hochstehender Veranstaltungstechnik begleitet und vom bekannten Radio- und Fernsehmann Reto Scherrer moderiert.

93% der Teilnehmer 2023 gaben an, dass ihnen der Besuch des Anlasses etwas für ihre Lehrzeit gebracht hat! Zum Beispiel neue Sichtweisen, interessante Impulse, frische Motivation und vieles mehr.

(3'059 Zeichen inkl. Leerzeichen)

Weitere Informationen:

Gregor Wegmüller, Geschäftsführer MESSEN WEINFELDEN (Veranstalter)

Tel. 071 626 45 04, E-Mail wegmueller@lehrlingstag.ch