Serie: Mit Fabienne Niederhauser nach Abu Dhabi, Teil 4

44. WorldSkills voraus – SwissTeam im Schlussspurt

Wenn am 14. Oktober 2017 in Abu Dhabi die WorldSkills beginnen, kämpft auch das neunköpfige Bernerteam um die Medaillen mit. Mit dabei ist auch «unsere» Fabienne Niederhauser, die Berner KMU Aktuell seit Anfang Jahr begleitet. Bis zum Abflug am 8. Oktober 2017 stehen jetzt noch die Abschlusstrainings auf dem Programm. Bereits unterwegs ist das gesamte Material. Dieses wurde am letzten Teamevent in Emmen gemeinsam verladen.

Interview: Nina Zosso
Bilder: SwissSkills

Fabienne Niederhauser aus Lützelflüh qualifizierte sich dank ihrem Sieg bei den Gipsern und Trockenbauern an den Schweizermeisterschaften für die WorldSkills in Abu Dhabi.

Fabienne, du warst Ende August noch ein paar Tage in den Ferien. Konntest du sie geniessen?

Fabienne Niederhauser: Ja, es war schön und es hat sehr gut getan, mal wieder ein paar Tage frei zu haben, abzuschalten und mal kurz nicht nur an Abu Dhabi und an die WorldSkills zu denken und möglichst viel Energie zu tanken.

Wir kennen dich ja nun schon ein bisschen und wissen, dass du immer alles perfekt machen willst und dass du dich gerne selber unter Druck setzst. Hat die Auszeit auch mental gutgetan?

Fabienne Niederhauser: Ja, auf jeden Fall. Ich war vorher ziemlich am Anschlag und auch ein bisschen gefrustet, weil die Hauptprobe in Liechtenstein nicht optimal geklappt hat und auch die letzten Trainings nicht nach Wunsch gelaufen sind. Ich bin sehr optimistisch, dass es nächste Woche im Training nun endlich so läuft, wie ich mir das vorstelle und ich dann wieder hundert Prozent an mich glaube.

Der Materialverlad am 19. August war für das SwissTeam eine grosse Herausforderung.

Dass du es kannst, hast du ja schon an den SwissSkills bewiesen, wie überlistest du deine Selbstzweifel?

Fabienne Niederhauser: Ich arbeite regelmässig mit meinem Mentaltrainer zusammen, das hilft mir extrem. Er gibt mir wichtige Tipps und ergänzt so meinen Coach Ruedi Mösching optimal. Er hat mir zum Beispiel gesagt, dass wenn mich Situationen stressen, ich mir einfach alle in Badehosen vorstellen soll, was mich dann wiederum zum Lachen bringt und motiviert.

Am 19. August hat das ganze Team das Material für Abu Dhabi verladen. Insgesamt habt ihr 8 Tonnen verladen. Konntest du alles mitnehmen?

Fabienne Niederhauser: Uh nein und das war eine ziemliche Übung. Ich darf insgesamt «nur» 160 Kilogramm mitnehmen. Das tönt vielleicht auf den ersten Blick nach viel, aber schon alleine die grosse Kiste ist ziemlich schwer. Nachdem alle Werkzeuge nach Liste verpackt waren, hatte ich Übergewicht. Wir mussten dann alles noch einmal auspacken und die Werkzeuge einzeln wägen und schauen wo und wie wir Gewicht sparen können.

Nächste Woche geht es ja nun weiter mit dem Training. Was ist der Plan?

Fabienne Niederhauser: Der Plan ist, dass ich – wie bereits im Juni, wo ihr mich ja in Gstaad besucht habt – noch einmal ein Objekt stelle. Dieses Jahr ist das Prüfungsobjekt an den WorldSkills in Abu Dhabi zum ersten Mal nicht zum Voraus bekannt und wir können uns nicht wie gewohnt vorbereiten. Das wird eine besondere Herausforderung sein und ich versuche deshalb noch möglichst viele verschiedene Objekte zu trainieren, damit ich optimal vorbereitet bin. Zudem muss ich das Erstellen der Zeitpläne noch einmal üben, denn das

Serie: Mit Fabienne Niederhauser nach Abu Dhabi, Teil 4

Spass und Teamgedanke spielen bei der Vorbereitung auf die WorldSkills ebenfalls eine sehr wichtige Rolle.

Timing an den Wettkampftagen wird die zweite grosse Herausforderung in Abu Dhabi sein.

Wie sieht es mit deiner Nervosität aus?

Fabienne Niederhauser: Ich bin nun doch jeden Tag ein bisschen nervöser und es kommt in Wellen: Solange ich mir sage, es ist nur ein Wettkampf und die Welt geht so oder so nicht unter, ist es nicht ganz so schlimm. Dann kommt aber sofort mein Ehrgeiz zurück, der mir sagt, dass ich gut sein will und dann kribbelt es dann schon wieder etwas mehr.

Auf was freust du dich am Meisten?

Fabienne Niederhauser: Auf alles! Ich freue mich darauf, etwas von Abu Dhabi zu sehen und dann natürlich auch auf das Teamcamp, wo alle Kandidaten zusammen wohnen werden. Auf den Wettkampf freue ich mich natürlich auch; auch wenn ich dann froh bin, wenn es dann mal vorbei ist und ich wieder viel mehr Zeit für mich haben werde.

Ihr seid ja auch Botschafter für unser erfolgreiches duales Bildungssystem. Macht dich das auch ein bisschen stolz?

Fabienne Niederhauser: Das macht mich schon stolz, sehr sogar. Es ist toll, dass wir für die Lehrlinge ein Vorbild sein dürfen und dass ich so zeigen kann, was man auf dem Bau alles erreichen kann.

Warum hat sich das Projekt WorldSkills jetzt schon gelohnt für dich?

Fabienne Niederhauser: Schon die Erfahrungen an den SwissSkills waren einmalig: Ich habe so viel dazu gelernt und beruflich profitieren können. Das steigert die Freude enorm und es öffnet auch viele Türen. Die Teilnahme an den Schweizermeisterschaften wurde mir zum Beispiel als erster Vorarbeiterkurs angerechnet und das ist dann auch schon wieder etwas, das man zusätzlich im Rucksack hat. ■

Anzeige

Wohn-
qualitäts-
verbesserer.

Hole dir dein Rundumwohlfühlpaket – von der Beratung bis zum Unterhalt.

STORAMA®
für mehr Wohlbefinden

STORAMA AG Innovationszentrum für Storen- und Wetterschutzlösungen Burgistein Bern Zürich – T 033 359 80 80 – storama.ch