

Mein Job ist top, weil ...

«... ich mit den menschlichen Sinnen arbeite»

LEIDENSCHAFT → Patrick Lustenberger (44) ist seit einigen Jahren mit seiner Firma Quintessenz-Qualität selbständig und hat sich als Sensorik-Coach spezialisiert.

Lara Zehnder
@larazehnder

Patrick Lustenberger absolvierte vor 23 Jahren das Seminar für Primarlehrer. Anschliessend studierte er Erziehungswissenschaften und vertiefte sich in der Medienpädagogik. Die Pädagogik und die **Begleitung von Menschen in ihrer Entwicklung** waren für ihn seit jeher zentrale Elemente. Heute doziert der 44-Jährige an Hochschu-

len. Ausserdem führt er seine eigene Firma Quintessenz-Qualität. Lustenberger hat sich als Sensorik-Coach spezialisiert und coacht Menschen und Organisationen. Ein wichtiges Element ist dabei der Geruchssinn, denn **beim Riechen werden Gefühle und Erinnerungen angeregt**. «Das ist, wie wenn man an Mandarinen riecht und unweigerlich an Weihnachten denkt», so Lustenberger. ●



Sensorik



Würden Sie den Blick am Abend-Lesern gerne einen Einblick in Ihren Arbeitsalltag geben? Dann füllen Sie das Formular auf www.blickamabend.ch/meinjob aus, und wir melden uns bei Ihnen.

«WIR KREIEREN EINEN GANZ PERSÖNLICHEN SPRAY»

Wie funktionieren Ihre Coachings?

Ein erfolgreich kreiertes Umsetzungstool ist unser coachingbasierter Spray, den wir mit den Kunden zusammen entwickeln. Dabei erarbeiten wir aus ätherischen Ölen einen

Duft, der dem Klienten im Alltag hilft, seine Erkenntnisse aus der Beratung umzusetzen. Der Spray wirkt direkt auf das zentrale Nervensystem und vermittelt damit positive Gefühle sowie Gedanken.

Wie erfolgreich ist Ihre Methode?

Die Leute sehen oft schon nach kürzester Zeit Ergebnisse. Meine Klienten lernen sich und ihre Sinne besser kennen, was gut für ihre nachhaltige Entwicklung ist.



Abgefahren!

im Zug mit Katja Walder

Behaltet es für euch

Traurig bin ich nicht, dass ich derzeit grippebedingt das eine oder andere im Zug verpasse. Zugegeben, die Umstände meiner ÖV-Abstinenz könnten etwas weniger schleimig und rotzig sein. Aber mal ehrlich: Was ist das schon im Vergleich zu den Abscheulichkeiten, die einem auf Schienen widerfahren? Angelo aus Winterthur zum Beispiel sitzt jeden zweiten Tag in der S12 einem Mann gegenüber, der ihn anekelt. Dieser vertraute Unbekannte setzt sich, und dann geht es los: Während er liest, fängt er an, an der Haut rund um seine Fingernägel herumzukratzen. Immer wenn er es schafft, einen Hautfetzen zu entfernen, lässt er ihn neben sich auf den Boden fallen. Teilweise hilft er mit seinen Zähnen nach. Bekommt er die Haut mit den Fingernägeln nicht weg, kramt er sein Sackmesser hervor, öffnet die Schere und schnippelt Haut weg. Teilweise dort, wo es bereits blutet. Einmal hat Angelo ihn gebeten aufzuhören – und zwar, als er seine Haut mehrfach auf Angelos Schuhe fallen liess. «Chönnted Sie bitte Ihr Huut bi sich bhalte? Es gruust mich», wehrte sich Angelo. Recht hat er! Solange er mich bei meiner nächsten, halbgesunden Zugfahrt nicht ebenso massregelt: «Chönnted Sie bitte Ihre Schnuder bi sich bhalte? Es gruust mich!»

katja.walder@ringier.ch

→ DIE FRAGE DES TAGES

Wie feierst du Halloween?



Jules (23)
Rennfahrer aus Zug

Halloween ist nicht so mein Ding. Ich verbringe den Abend am liebsten gemütlich zu Hause im Bett. Nicht zwingend mit Netflix – aber unbedingt zusammen mit meiner Freundin!



Isabel (20)
Fitnesstrainerin aus Zug

Ich werde mit meinen Freundinnen in einem Club feiern – aber nur, weil ich muss. Ich habe die letzten Male immer abgesagt. Dieses Jahr habe ich versprochen, dabei zu sein.



Oscar (18)
Schüler aus Zürich

Normalerweise feiere ich Halloween nicht. Dieses Jahr macht eine Kollegin aber eine Party. Dafür verkleide ich mich als Römer oder Mexikaner. Ich wäre für beides vorbereitet.



Svenja (17)
Altenpflegerin aus Effretikon ZH

Ich weiss noch nicht, ob ich ausgehe oder den Abend mit meinem Freund zu zweit verbringe. Vielleicht setzen wir uns auch mit seinen Freunden an den See und hören Musik.