

CC Time-Out

berufliche und persönliche Standortbestimmung

Die vielfältigen Herausforderungen und der ständige Wandel verlangen nach Persönlichkeiten, die gestalten und prägen.

Für nachhaltige Prozesse der Zielausrichtung und Veränderung sind Raum und Ruhe oft eine Grundvoraussetzung. CC Time-Out enthält Elemente des Coachings. Zeit und Abstand erhalten, wie es der Name sagt, aber mehr Gewicht. Zudem ist die Begleitung umrahmt von Gastfreundschaft, persönlichem Nachdenken, Bewegung und Erholung.

Jede Führungskraft sollte sich regelmäßige Auszeiten gönnen. Sie sind die Grundlage für ein kraftvolles, authentisches und zielgerichtetes Handeln. Unabdingbar kann ein Time-Out werden, wenn das Wohlbefinden und die Wirkungsfähigkeit der Führungskraft akut gefährdet sind.

Der Nutzen

- Schärfung der persönlichen Zielausrichtung
- Sich selbst in Stärken und Schwächen richtig einschätzen.
- Einleitung nötiger Veränderungsprozesse
- Nachhaltigkeit persönlicher Entscheidungen
- Erkennen und Abbau ungesunder Lebensmuster und Blockaden
- Mehr Authentizität
- Ruhe und Energie

Die Elemente

- Bestandsaufnahme der persönlichen Themenfelder
- Individuelles Coaching
- Persönliche Time-Out-Zeit für die individuelle Bearbeitung von Fragestellungen. Unterstützung für die Gestaltung dieser Zeiten durch unser Team.
- Erholung, Sport, Kultur
- Wir achten auf einen gut strukturierten Tagesablauf wie auf eine sorgfältige Nachbereitung, damit gefällte Entscheidungen nicht im Alltag ertrinken.

Fakultative Angebote:

- Gruppengespräche
- Standort-Assessment mit psychometrischen Tests
- Spezifische Fachberatung bei Burnout, Depression, Gesundheits-Check-up, Ernährungsberatung, individuelle Fitnessempfehlung, ärztliche oder psychologische Unterstützung, Work-Life-Balance-Beratung

Weitere Themen bei Bedarf

Leitbilder und Lebensmuster erkennen
Zivilcourage
Sinnfindung
Umgang mit Angst
Umgang mit Enttäuschungen
Umgang mit Drucksituationen
Zuhören lernen
Synergien schaffen,
Konflikte lösen
Leadership verstehen
Spannkraft erhöhen
Selbstwertgefühl wiedererlangen
Job versus Lebensauftrag

Gästehaus

Führungskräfte wünschen oft mehr als nur eine begrenzte Anzahl von Coaching-Sitzungen. Eine mehrtägige Distanz zum Alltagsgeschehen in einer angenehmen Atmosphäre sowie Zeit zum Nachdenken gepaart mit Beratungsangeboten haben eine große Wirkungskraft. Das 100-jährige Bahnwärterhaus befindet sich unmittelbar neben unserem Beratungsinstitut sowie fünf Minuten vom größten Naherholungsgebiet Basels oder der Fondation Beyeler entfernt. Auch die schöne Altstadt Basels ist leicht erreichbar.

**Unser Unternehmen**

Die Mitarbeiter der CC Czwalina Consulting AG verfügen über langjährige Erfahrung bei der Begleitung von Führungskräften und ergänzen sich durch Ihre unterschiedlichen Knowhow-Profile (siehe Webseite).

Czwalina Consulting AG
Inzlingerstrasse 65
Postfach 602
CH-4125 Riehen bei Basel
www.czwalinaconsulting.com

Telefon: +41 (0)61 645 96 50
Fax: +41 (0)61 641 60 19
Email: info@czwalinaconsulting.com