

Testimonials



Testimonial 1

Am Erlebnis des Berg-Erklimmens erfahren die Teilnehmenden am eigenen Leib, wie bewusstes Ressourcenmanagement zu Hochleistungen befähigt, und sie erhalten die notwendigen Reflexionshilfen und Transfermethoden, um diese Erkenntnis auf ihren - nicht nur beruflichen -Alltag zu übertragen.

Mit dem Methodenmix wird sichergestellt, dass die Teilnehmenden sich bewusst im Hier und in der Reflektion wahrnehmen und konkrete Transferschritte einleiten.

ausZeit eignet sich nicht nur zum Innehalten, Überdenken und gegebenenfalls Ändern des eigenen Verhaltens, der eigenen Situation, sondern ist auch aufgrund des körperlichen Erlebens und der persönlichen Themen eine gute Gelegenheit für Teams, miteinander Erfahrungen zu teilen und darauf Vernetzung und Zusammenarbeit aufzubauen.

Heidrun Kammerer, Senior Manager People Development and Training, Swiss International Air Lines Ltd.

Testimonial 2

Wem könnte ich ausZeit empfehlen?

Allen Leute, die mit 180 durch's Leben gehen. All denjenigen, die vor lauter Bäumen den Wald nicht mehr sehen.

Welche Erfahrungen habe ich gemacht?

Wie wichtig der Ausgleich zur Arbeit ist. Dass ein gedrosseltes Tempo eher zum Ziel führt. Die meisten Leute kennen ihre Grenzen und trotzdem kommt es immer wieder vor, dass man sie fast täglich überschreitet. Die 3 Tage hatten im Gegensatz zu anderen Seminaren eine nachhaltigere Wirkung was dies anbetrifft.

Oliver Rüegg, Senior Manager, Operations- and Hub Control, Swiss International Air Lines Ltd.

Testimonial 3

Welche Erfahrungen habe ich mit ausZeit gemacht?

Erfreuliche. Praktisches Beispiel um der täglichen Belastung zu entinnen. Inputs, dank denen der tägliche Ablauf strukturierter ist und mit denen ich eine bessere Kräfte-Einteilung vornehmen kann.

Wem würde ich ausZeit empfehlen?

Personen, die in geistig fordernder Arbeit oder in Führungsfunktionen sehr absorbiert sind, damit belastet sind und kaum die Konsequenzen auf ihr Befinden und ihre langfristige Leistungsfähigkeit wahrnehmen können oder wollen. Für mich war ausZeit ein absolutes Highlight im 2007 und ich würde es jedem empfehlen, zumal Leuten die - wie ich - die "Work-Life-Balance" nicht wirklich in gesundem Verhältnis leben.

Das Erfreuliche ist, dass ich einige Verhaltensänderungen umsetzen konnte. Marcella Girardi hat es perfekt verstanden, uns in uns hineinschauen zu lassen und wertvolle Erkenntnisse herauszufinden.

Eddy Gerber, General Manager Russian Federation and C.I.S., Swiss International Air Lines Ltd., Director Sales for Moscow and Central Russia

Testimonials



Testimonial 4

Marcella Girardi versteht es mit dem Seminar ausZeit, Life Balance-Theorie mit der Natur und Bewegung ausgezeichnet zu verbinden.

In der Bergwelt gelingt es dem Teilnehmer auf neue Gedanken, Gefühle und Inspirationen zu kommen, um dem Sinn und Sein des eigenen Lebens wieder neue schöpferische Kraft zu verleihen.

Das Seminar ausZeit empfehle ich Personen, die ein hohes berufliches Engagement haben und den Ausgleich für ihre Work-Life-Balance suchen.

Anton Walser, Geschäftsführer, BEZEMA + CHT-Austria

Testimonial 5

Was hat das Seminar mir im Rückblick gebracht?

- es hat mir noch bewusster gemacht, wie wichtig es ist, genug Ressourcen und Energie zu haben, den Arbeitsalltag zu bewältigen
- wie wichtig es ist, mir in Zukunft noch bewusster meine "Inseln" zu schaffen

Es gibt vielfältige Möglichkeiten, Energie zu tanken. Es muss nicht zwingend ein mehrwöchiger Urlaub sein.

Karin Stähler, Human Resources Manager, Leica Geosystems AG

Testimonial 6

Die Übungen im Freien und die Anleitungen dazu waren Spitze. Die Themen sind bei mir sehr gut angekommen und auf den Wanderungen schon fast 'eingebrannt'. Die Erlebnisse im Freien haben mir auch klar gezeigt, wo ich die Ressourcen holen kann und wie gut sie mir tun.

Gut waren auch die Zielbestimmung und die Ressourcen zu den 4 Grundbedürfnissen

Insgesamt ein prima Kurs, der eine hervorragende Auszeit war und praxisnah aufzeigte, wie Auszeiten sein können!

Christian Meier, Senior Manager, Head of Route Support, Swiss International Air Lines Ltd.