

ORGANISATION UND KOSTEN

Die einwöchige Auszeit für Paare mit individuellem Coaching bieten wir ab CHF 4'400.- pro Woche an.

Diese Kosten beinhalten ein Erstgespräch, 20 Coaching-Stunden und sieben Übernachtungen. Hinzu kommen die individuellen Reisespesen, Ausflugs- und Verpflegungskosten. Auf Wunsch holen wir Sie am Flughafen Florenz ab (CHF 200.-).

Sie können die Auszeit auch für 3 oder 5 Tage buchen. Die Coaching-Kosten reduzieren sich entsprechend. Die Villa kann je nach Saison nur für die volle Woche gebucht werden.

Es besteht die Möglichkeit, Coaching-Pakete hinzu zu buchen.

Der Betrag wird bei Anmeldung fällig.

Rücktritt ist bis 30 Tage vor Beginn möglich. Da die Villa kurzfristig nicht vermietet werden kann, müssen die Mietkosten dennoch übernommen werden. Sie können jedoch auch andere Personen für diese Woche finden, die gerne die Auszeit an Ihrer Stelle angehen oder einfach Ferien dort verbringen möchten.

DIE ERSTEN DREI SCHRITTE

- > Bitte vereinbaren Sie einen Termin für das Erstgespräch (gerne mit Angabe des gewünschten Aufenthaltszeitraums in der Villa)
- > Wir führen ein persönliches Aufnahmegespräch und klären alle Fragen
- > Verbindliche Anmeldung

Ich freue mich sehr, Sie bei diesem spannenden Prozess der Sinnfindung begleiten zu dürfen und grüße Sie herzlich



Stefan Schwarz

KONTAKT

Institut für Sinnzentrierte Führung (ISF)
Herr Stefan Schwarz
Eulerstrasse 9
4051 Basel
Schweiz

Telefon: +41 (0)61 271 11 28
Mail: stefan.schwarz@i-s-f.ch
Internet: www.i-s-f.ch · www.toskanacoaching.com



Eine Auszeit für Paare in der Toskana

GEMEINSAM ODER DOCH ALLEIN? NEUE PERSEPTIVEN FÜR PAARE

- > Wünschen Sie sich wieder ein wertschätzendes Miteinander als Paar?
- > Sehnen Sie sich nach Nähe und gegenseitigem Verständnis?
- > Oder stehen Sie vor der Entscheidung, zukünftig getrennte Wege zu gehen?

Wir unterstützen Sie bei der Überwindung schwieriger Beziehungssituationen und finden gemeinsam mit Ihnen Lösungen.

- > Sie finden Antworten auf die Fragen nach dem Sinn Ihrer Beziehung
- > Sie bestimmen Ihren Standort und entdecken neue Perspektiven
- > Sie entwickeln ein Lebenskonzept, bekommen Klarheit und erhalten Begleitung für die Umsetzung Ihrer Träume
- > In der Abgeschiedenheit der Toskana und in wunderschöner Ambiente erhalten Sie ein maßgeschneidertes, persönliches und somit effektives Coaching



DIE SUCHE NACH SINN

Der Wunsch eines Paares ist es, möglichst für immer miteinander glücklich zu sein. Das ist nicht einfach in einer komplexer werdenden Welt, die vieles von uns abverlangt. Die Anforderungen im Beruf, in der Partnerschaft, in der Familie und in der Gesellschaft steigen und bergen zahlreiche Konfliktpotenziale in sich. Oft leidet die Beziehung als erstes darunter.

Es ist existenziell wichtig, diese Fragen nach dem Wieso und Wozu zu klären. Dies hat nicht nur auf unsere Psyche, sondern auch auf unseren Körper einen positiven und somit stärken Einfluss. Der Körper regeneriert sich, das Immunsystem wird nachhaltig gestärkt.

UNSER INNOVATIVES COACHING

Die mehrtägige Auszeit in der wunderschönen Landschaft der Toskana findet in der exklusiven Villa „La Cappella di Pancole“ statt. Abseits vom privaten und beruflichen Alltag bestimmen Sie selbst den Tagesablauf, wir achten auf eine gute Coaching-Entspannungs-Balance und inspirieren Sie zu anderem, neuem Tun.

Die Villa und ihre Umgebung können Sie sich auf dieser Internetseite ansehen:

> www.toskanacoaching.com



EXISTENZANALYSE

Wir finden Wege, mit herausfordernden Situationen in der Beziehung umzugehen. Dabei geht es sowohl um Selbstführung als auch um das Entdecken Ihrer eigenen Ressourcen und um die Entfaltung Ihrer Potenziale. Im Fokus stehen Sinn und Werte – Emotionen, Wahrnehmungen und Wissen werden ebenfalls in den Blick genommen. Sie bekommen Unterstützung, Konflikte zu bewältigen und neue Kommunikationsebenen zu entwickeln.

WIE GEHEN WIR VOR

In einem ersten Kennenlerngespräch sprechen wir über Ihre Erwartungen an diese Woche. Daran angelehnt erstellen wir Ihren Bedürfnissen entsprechend einen individuellen Coaching-Plan. Mögliche Inhalte können sein:

- > Sie schärfen den Blick für die tatsächlichen Ursachen eines Konflikts
- > Sie erkennen, welche faktischen Rahmenbedingungen eine Rolle spielen
- > Sie prüfen Ihr persönliches Wertesystem, Ihre Leidenschaften und Visionen
- > Sie erkunden Ihre Freiräume
- > Sie entwickeln Realisierungsschritte

Darüber hinaus sind Ausflüge, gemeinsames Kochen und weitere Events möglich.

Methodisch arbeiten wir nach Viktor Frankl, dem Begründer der sinnzentrierten Psychologie (Logotherapie und Existenzanalyse): „Wovon der Mensch zutiefst und zuletzt durchdrungen ist, ist weder der Wille zur Macht noch ein Wille zur Lust, sondern ein Wille zum Sinn.“ (Viktor Frankl).

Darüber hinaus bieten wir Ihnen klinische Hypnose an, um Zugang zu Ihren unbewussten Ressourcen zu finden. Sie dient u.a. zur Burnout-Prophylaxe, Entscheidungsfindung, Konfliktmanagement, Motivationsklärung und Ressourcenaktivierung. Auch beim Wunsch abzunehmen kann diese Methode unterstützend wirken.

IHRE COACHES

Stefan Schwarz (46): Ich leite das Institut für Sinnzentrierte Führung (ISF) in Basel, bin als Dozent an weiteren Instituten und Hochschulen tätig und arbeite in eigener Coaching-Praxis. Vorträge und Seminare zur Persönlichkeitsbildung sind meine große Leidenschaft.

Frank Henschke (45): Ich arbeite in eigener psychotherapeutischen Praxis in Müllheim und bin als Dozent für Psychologie und Supervisor an der Universitätsklinik, der Universität Freiburg und weiterer Einrichtungen tätig. Die moderne Hypnotherapie nach Milton H. Erickson ist meine Passion.

