



# Boxenstopp für Führungskräfte

**Anhalten – Gedanken tanken – weiterfahren...  
wie immer?**

# Boxenstopp für Führungskräfte

---

## Anhalten – Gedanken tanken – weiterfahren... wie immer?

Der positive Umgang mit sich selbst sowie die Achtsamkeit und Gestaltung von Kontakten wird im beruflichen und persönlichen Bereich immer wichtiger. Durch den richtigen Zugang zu sich selbst und zu anderen können Ihre Ziele wesentlich schneller und effektiver erreicht werden.

### Transformieren Sie Ihre Stärken zu Ihrem persönlichen USP

In diesem Seminar werden Sie einen Moment innehalten und über sich und Ihr Umfeld reflektieren. Sie werden erstarrte Denk- und Handlungsmuster erkennen und mit ausgewählten Methoden, vielen praxiserprobten Tipps und Tricks aus unglückseligen Mustern aussteigen und mit Begeisterung neue Wege gehen.

Mit Ihrer gesteigerten Performance, Ihrem professionellen Umgang mit Stress und Ihrer Kompetenz im Umgang mit schwierigen Zeitgenossen faszinieren und beeindrucken Sie zukünftig Ihr privates und berufliches Umfeld – auf dass Sie Ihr Leben sinnvoll gestalten können, frische Energie für Ihre Unternehmungen entwickeln und Ihnen die Arbeit und das Zusammensein mit Ihren Mitmenschen wieder Spass macht.

## Referentin



---

### Dr. Esther Oberle

Sie versteht es, die Seminarteilnehmenden ab der ersten Minute abzuholen und inspirierende Denkanstöße zu vermitteln. Die studierte Psychologin ist für viele multinationale und nationale Unternehmen als Coach, Supervisorin und Teamentwicklerin auf allen Führungsebenen tätig. In dieser Funktion leitet sie Personalweiterbildungen, führt professionelle Assessments und Standortbestimmungen durch. Sie ist Dozentin, Verwaltungsrätin und Referentin an Kongressen im In- und Ausland. Ihr pragmatischer, klarer Ansatz überzeugt und die praxistauglichen Tipps und Tricks ermöglichen ein professionelles und reibungsloses Miteinander – im privaten Umfeld wie auch im Business.

## Themenschwerpunkte

- Mit Unterstützung des GPOP-Tests erkennen Sie Ihr Persönlichkeitsprofil und -potenzial, Ihren Beitrag zur Organisation sowie Ihren bevorzugten Führungs- und Kommunikationsstil
- Welche inneren Überzeugungen und welche Menschen fördern resp. behindern meine Persönlichkeitsentwicklung?
- Emotionen und Intellekt in Einklang bringen
- Welche Grenzen setze ich mir selbst und wie überwinde ich sie?
- Optimierung der persönlichen Ausstrahlung
- Wie entwickle und gestalte ich positive Kontakte?
- Wie stärke ich berufliche und private Beziehungen?
- Resonanzphänomene – und wie können Führungskräfte diese nutzen?
- Professionelle Gesprächsführung mit schwierigen Zeitgenossen
- Verbale und nonverbale Lenkungsmethoden
- Souveränität und Professionalität

## Nutzen

- Hinschauen und verstehen: Jeder Einzelne kann anhand seiner ganz individuellen GPOP-Auswertung die eigenen Präferenzen erkennen, die individuellen Stressmuster verstehen und Impulse zur Stresssteuerung kennenlernen.
- Sie lernen, wie Sie Ihre eigene Wirkungskraft stärken, sich im Markt Ihren Stärken entsprechend positionieren (USP) und professionell mit sich selbst und auch mit schwierigen Zeitgenossen umgehen.
- Jeder Teilnehmer erarbeitet am Ende des Workshops seine individuelle Positionierungsstrategie und erhält neue Impulse, wie er sein Leben sinnvoll und mit Begeisterung gestaltet.

## Arbeitsmethodik

Referate, Übungen, GPOP-Test, Coaching, aktives Training, Arbeit mit dem «Boxenstopp». Unterlagen: Box «Boxenstopp»  
77 - Denkanstösse

## Zielgruppe

Dieser Workshop richtet sich an Unternehmer, Fach- und Führungskräfte aller Funktionen und Ebenen sowie an Projektleiter und leitende Mitarbeiter aus Unternehmen aller Branchen und Grössen sowie aus öffentlichen Verwaltungen.

## Link

➤ [zfu.ch/go/box](https://zfu.ch/go/box)

## Boxenstopp für Führungskräfte

### Preis

**CHF 2980.00**

Inbegriffen sind: Seminarunterlagen online, Mittagessen, Kaffeepausen und Testat. Die Übernachtung ist nicht inbegriffen.

Wichtig: Das Seminar findet in kleiner Runde statt. Die Teilnehmerzahl ist limitiert.

### Termine und Orte

Dauer: 2 Tage

**06.09.–07.09.2022**

In Rüslikon  
Hotel Belvoir

**08.11.–09.11.2022**

In Rüslikon  
Hotel Belvoir

**27.04.–28.04.2023**

In Rüslikon  
Hotel Belvoir

**07.09.–08.09.2023**

In Rüslikon  
Hotel Belvoir

**16.11.–17.11.2023**

In Feusisberg  
Hotel Panorama Resort

Tag 1: 9.00–18.00 Uhr

Tag 2: 9.00–17.00 Uhr

### Attraktive Rabatte

Bei gleichzeitiger Anmeldung gelten folgende Rabatte:  
Ab 2 Buchungen 10 %  
Ab 4 Buchungen 15 %

### Beratung und Kontakt

+41 44 722 85 85  
info@zfu.ch

### Firmeninterne Weiterbildung

Dieses Seminar ist auch als Inhouse-Veranstaltung buchbar. Wir begleiten Sie!



**Melden Sie sich jetzt an!**

**zfu.ch/go/box**