



## FEEDBACK

„Der Business Retreat war für mich eine neue Erfahrung. Es war das erste Seminar, das persönliche Themen von mir behandelt hat. Ich hatte Gelegenheit in einer sehr homogenen Gruppe unter fachlich sehr guter Anleitung verschiedene Techniken zu erlernen, die mich in Zukunft begleiten und mich auf meinem Weg, meine Lebens-themen selbst zu behandeln, weiter bringen werden und mich im Ergebnis zu einem unbeschwerteren und ruhigeren Menschen machen.“

„Für mich eine sehr wertvolle Erfahrung, die ich so nicht erwartet hatte, im aller positivsten Sinne. Ich nehme Anstöße mit, die ich in den nächsten Monaten manifestieren möchte. Ich kam als geschwächter Mensch an und gehe nach diesem Retreat als gestärkte Persönlichkeit fort.

„Für mich war ein großes Fragezeichen vor dem Hintergrund, nutze ich das eingesetzte Kapital für Urlaub oder um hierher zu kommen, also für Stress über 4 Tage hinweg, weil ich überhaupt nicht einschätzen konnte, was mich erwartet. Im Nachgang muss ich sagen, es war eine hervorragend eingesetzte Investition. Ich habe viel mitnehmen können für den beruflichen Alltag und für die Verknüpfung mit dem Privatleben. Ich glaube ich habe viele Antreiber identifiziert, mit denen ich künftig anders umgehen kann oder wo ich hier gelernt habe, anders damit umgehen zu können. Hut ab, Kompliment an das Team, an die Vorbereitung und Durchführung.“

„Herzlichen Dank für den sehr aufschlussreichen, kurzweiligen, angenehmen, erkenntnisreichen Business Retreat! Wenn ich das so salopp sagen darf: Ihr -und natürlich auch Tina- habt einen wirklich tollen Job gemacht! Sehr professionell, dabei sehr angenehm in einer wunderbaren Umgebung mit einer sehr netten Gruppe und viel Spaß!! Wie Ihr wisst, war ich skeptisch, aber es hat sich für mich gelohnt!“ Mir haben die 3 Tage Ruhe, in sich gekehrt sein, sich Gedanken machen mit vielen Anregungen und neuen Ideen viel gebracht, von dieser gradweisen Ausrichtung bzw. Veränderung profitiere ich sicher noch die weiteren Wochen und Monate.

„Ich habe das sehr genossen und habe für mich sehr viel Positives herausziehen können. Ich bin aus einer ganz akuten Konfliktsituation hierhergekommen und habe hier einen sehr guten inneren Abstand dazu gewinnen können auf der Basis der Integration aller möglichen Bestandteile, die der Retreat mir geboten hat. Einmal das mentale inhaltliche, dann aber auch die Entspannungstechniken und die Stille und Ruhe, die ich genießen konnte. Ich habe mich selbst wirklich auch ganz anders erlebt als sonst. Sonst mag ich Sachen einfach und andere eben nicht und die mache ich dann meist auch nicht. Hier habe ich mich ganz frei darauf einlassen können und festgestellt, ich muss gar nicht alles gut können, wie jetzt mit dem Malen, um trotzdem für mich einen Gewinn daraus zu ziehen und Freude daran zu empfinden. Das war ein sehr sehr positives Erlebnis für mich. Auch der Gruppengedanke, also das Teamcoaching, fand ich sehr gut und habe sehr viel von mitgenommen, nämlich dass man eben doch die eigene Einstellung zu den Dingen vielleicht verändern muss, um das Ergebnis zu erzielen, das man gerne haben möchte. Das war eine ganz wich-

tige Erkenntnis für mich. Insofern ein sehr sehr gutes Fazit und eine tolle Gruppe mit sehr vielen Unterschiedlichkeiten, die ich aber alle gut annehmen konnte. Und das hat gerade diese Gruppe auch ausgemacht, man konnte von ihr sehr viel lernen und natürlich auch von Euch Coaches. Also mir hat es sehr gut gefallen, vielen Dank.“

„Ich fand den Retreat sehr anregend und entspannend zu gleich, d.h. ich habe genügend Zeit gehabt, um das, was an Input gekommen ist für mich zu reflektieren, auf mich zu adaptieren, zu transformieren und dann auch zu verarbeiten. Das fand ich unglaublich angenehm und sehr erholsam, gleichwohl ich wieder viele Anregungen für die Veränderung bekommen habe. Das ist das, was für mich am Wesentlichsten ist und die Freiheit, die ich hier habe. Auch wenn viel vorgegeben ist, habe ich trotzdem immer meine großen Slots für meine Freiheit.“

„Ich hatte mein eigenes Thema mit einem entsprechenden Ziel und meine Themen um das Ziel herum. In dem Retreat habe ich Methoden kennen gelernt, die ich zum einen nicht kannte und wo ich zum anderen erstaunt war, welche Wirkung die Methoden erzielen. Das hat mir sehr geholfen mein eigenes Ich zu reflektieren und Lösungen abzuleiten für mein Thema. Gerade diese künstlerische Komponente darin hat mir sehr gut gefallen: Aus Gegenständen oder einem Fotos und den Zeichnungen heraus Gefühlszustände abzuleiten, Schwächen abzuleiten, wenn man die so nennen will, und dann Ansätze zu finden, wie man aus diesen Schwächen Chancen machen kann und was man für sich gewinnen kann, um sein Ziel zu erreichen. Am Ende des Retreats steht jetzt bei mir eine Maßnahmenliste fest, ganz klar definiert, auch nicht zuletzt aus dem Einzelcoaching heraus, was ich in den nächsten 72h / im nächsten halben Jahr ganz konkret umsetzen werde. Übrigens, eine sehr wertvolle Ergänzung der Veranstaltung war das Laufen am Morgen und das gute Gefühl danach. Ich bin jemand der im Alltag den inneren Schweinehund nur selten besiegt und laufen geht und heute Morgen habe ich ihn besiegt, obwohl das Laufen ja nicht zwingend vorgegeben war, auch die ganzen Tage nicht zwingend aber da gab es so eine Gruppendynamik. Heute, am letzten Retreata tag, allerdings war ich fast der einzige und habe es trotzdem gemacht und das hat mir ein gutes Gefühl gegeben, das ich mit nach Hause nehme und meine Tochter wird sich darauf freuen.“

„Ich habe diese 4 Tage als sehr wertvoll empfunden an einem ganz geeigneten Ort, wo man die Ruhe genießen kann und durch die Natur auch eine gewisse Energie freigesetzt wird. Das Ambiente ist sehr geeignet, und auch die Unterkunft und die Professionalität der 3 Trainer, die sich hervorragend ergänzen. Ich habe für mich persönlich meine Stärken heraus kristallisieren können und einen guten Anstoß für gewisse Themen bekommen und bin mittlerweile fest davon überzeugt, diese in der nahen Zukunft anzugehen. Ich empfehle es Menschen unterschiedlichster Charaktere an dem Business Retreat teilzunehmen, da er ein wirklich breites Spektrum von Techniken für den beruflichen Alltag aber auch für sich ganz persönlich bietet und trotzdem muss keiner die „privacy“ aufgeben. Das besondere an diesem Format ist nämlich, dass jeder für sich arbeiten kann, aber man trotzdem oft in der Gruppe zusammen ist.“