

Ihre Coaches auf See



Dr. Ernst Domayer
osb Wien Consulting GmbH

Berater, Trainer und Coach mit systemischem und psychologischem Hintergrund. Erfahrung in der Beratung und Unterstützung von Personen, Teams und Organisationen, besondere Leidenschaft in der Beratung zur Bewältigung von schwierigen Entwicklungsphasen. Gruppendynamische Ausbildung am Tavistock Institut of Human Relations/London, Seniorberater und Aufsichtsratsvorsitzender der osb international.

Schwerpunkte: Potenzialeinschätzung und Management Audits, Leadership Development, Beratung von Familienunternehmen mit Fokus auf Übergabe und Nachfolge. Expertise in Führung coaching und Karriereberatung für Top Executives. Erfahrungen mit unterschiedlichen Branchen, auch Beratung im Gesundheitsbereich und für Universitäten.



Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Lalouschek
The Tree Consulting GmbH

Facharzt für Neurologie, Coach und Berater mit systemischem Hintergrund. Erfahrung in der Behandlung, Beratung und Unterstützung von Personen und Teams in Belastungs- und Krisensituationen sowie in der gesundheitsorientierten Entwicklung von Organisationen. Ein Motto: „Das Beste in Menschen ins Leben bringen – im Vertrauen darauf, dass dieses schon da ist und freigelegt werden möchte.“ Leiter des Gesundheitszentrums The Tree in Wien und Geschäftsführer der The Tree Consulting GmbH.

Schwerpunkte: Krisen und Belastungssituationen, stressassoziierte Erkrankungen und Psychosomatik, Leadership Development, Neurowissenschaft, Führung und moderne Arbeitswelt, Messung von Stressverarbeitung und Regenerationsfähigkeit. Leitung und Koordination von Forschungsprojekten, Kooperation mit Universitäten



Mag. Edwin Spraider, BA
Organisationsberatung, Coaching, Psychotherapie

Führungs- und Changemanagement Erfahrung als GF, Lektor zu Development & Change an Fachhochschulen, Moderationen, Konzeption, Leitung und Durchführung von Organisationsentwicklung, Trainings, Seminaren, Supervision, Inhaltliche Schwerpunkte Leadership, Change, Konfliktlösungskompetenz, Zeit- und Schnittstellenmanagement, Entrepreneurship.

Spannend finde ich wechselnde Perspektiven meiner Berufsausbildungen als Psychotherapeut und Unternehmensberater: Hoch divergente Herausforderungen fördern kreative Problemlösungskompetenz. Gerade in meinem Schwerpunkt in Beratung von Menschen in Veränderung hin zum „dritten Lebensabschnitt“.



Der Life Time Coaching-Segeltörn auf einen Blick:

Termin:

Törn 24.09.2019 bis 27.09.2019
Treffen für Vor- und Nachbereitung finden nach Vereinbarung und in Wien statt.

Preis:

€ 3.666,- inkl. Übernachtung am Schiff, exkl. Unterkunft am Land und Verpflegung, Unterbringung wahlweise am Schiff oder in ausgewählten Unterkünften am Land, Verpflegung am Schiff und in ausgewählten Lokalen

Infos und Vorgespräche wahlweise bei Dr. Ernst Domayer oder Mag. Edwin Spraider

Maximale Teilnehmeranzahl: 6
Anmeldungen bitte bis 31.07.2019

Segeln Sie mit!

Wenn Sie sich für den Life Time Coaching-Segeltörn interessieren, kontaktieren Sie bitte:



Mag. Edwin Spraider, BA pth.
+43 676 501 16 71



Dr. Ernst Domayer
+43 664 162 07 25

Weitere Informationen zum Segeltörn auf www.spraider.at

Impressum: Mag. Edwin Spraider, BA pth., edwin@spraider.at, Naglergasse 7/10, 1010 Wien
Foto Titelseite: Shutterstock – Yacht Sailing against sunset.



SEGELN SIE ZU NEUEN UFERN

LIFE TIME COACHING ALS KOMPASS



Ein Segeltörn bringt Klarheit

Oftmals stellt uns das Leben vor einschneidende Umorientierungen: berufliche Neustarts, private Trennungen oder das „Aussteigen“ aus Belastungssituationen. Überfällt Sie manchmal die Sehnsucht, „irgendwann“ mal einen langgehegten Traum zu realisieren? Oder beschleicht Sie der Wunsch nach mehr Freiheit und Sinn?

Life Time Coaching hilft Ihnen in dieser Phase als Kompass.

In einem Segeltörn brechen wir zu neuen Ufern auf und entdecken neue Ziele.

Veränderungen im beruflichen und privaten Leben sind oft wie der Sturm auf hoher See: Damit Sie diese leichter bewältigen, planen Sie Ihre Neuorientierung aktiv. Übernehmen Sie das Steuer für Ihr Leben und planen Sie Ihr Ziel für Ihren nächsten Lebensabschnitt.

Wenn Sie gerade ...

- ... Ihr Arbeitspensum von „intensiv“ auf „light“ umstellen wollen oder
- ... Ihre Pension näher rückt,
- ... sich als Gründer aus Ihrem Familienunternehmen zurückziehen,
- ... spüren, dass etwas anders laufen sollte in Ihrem Leben,
- ... eine Krise durchleben, weil sich Ihre Lebenssituation beruflich oder privat grundlegend ändert, ...

... dann gehen Sie mit uns auf eine Segelreise!



Der Kompass: Life Time Coaching

Ob sanfte Brise oder Sturm, ob ruhige oder hohe See, Sonne oder Regen – wir haben im Leben nicht alles in der Hand. Aber wie ein Kapitän auf einem Segelboot können wir Kompass und Steuer zu Hilfe nehmen, um den nächsten Hafen sicher und wohlbehalten zu erreichen.

Mit Life Time Coaching werden Sie auf dem Segelboot eine strukturierte Reise zu Ihrem künftigen „Ich“ antreten und Ihren eigenen Motiven sowie sozialen, körperlichen und geistigen Bedürfnissen auf den Grund gehen. In Einzel- und Gruppengesprächen reflektieren wir alle Manöver, analysieren Wind und Wetter als auch Belastungs- und

Stress-Situationen sowie Ihr Führungsverhalten und planen den weiteren Reiseverlauf.

Ihre Etappen im Life Time Coaching sind

- 1 Energie- und Motivations-Check:**
Was sind Ihre Kernkompetenzen, Herausforderungen, Sehnsüchte? Einschätzung Ihres Potenzials mit HOGAN Insight
- 2 Belastungs- und Stressanalyse:**
Was sind Ihre Risikofaktoren, Potenziale für Stressbalance, Möglichkeiten für eine gesunde Lebensgestaltung?
- 3 Zukunftsreise:**
Wie malen Sie sich Ihre Zukunft aus? Woran erkennen Sie Sinn und Wert Ihres Lebens?
- 4 Finden neuer Orte:**
Wie verläuft Ihre Lebenslinie?
- 5 Entscheiden Sie sich für einen neuen Weg.**
- 6 Persönliche SWOT-Analyse:**
Wie bewerten Sie Chancen und Risiken? Planen Sie konkrete nächste Schritte.
- 7 Umsetzung:**
Worin liegen die Herausforderungen? Müssen Sie Ballast abwerfen? Wie motivieren Sie sich?
- 8 Kontrolle und Evaluation:**
Einige Zeit nach dem Segelurlaub werden wir in einem weiteren Termin die bisherigen Veränderungsschritte analysieren.

Land in Sicht: Die Segelroute von 24. bis 27.09.2019

Auf einem Segeltörn in einer Kleingruppe von circa 6 Personen werden Sie innerhalb weniger Tage wieder „Land in Sicht“ und Klarheit haben, welchen Hafen Sie in Ihrem nächsten Lebensabschnitt ansteuern wollen.

Als Vorbereitung werden wir den Energie- und Motivations-Check sowie die Belastungs- und Stressanalyse vorab in Wien durchführen.

Die Segeltour dauert drei Tage: Wir legen am 24.09.2019 mit der Klassik-Yacht „Hollander“ im

Hafen von Izola ab und steuern von Triest aus Muggia, Piran und Grado an.

Nach der Segelreise treffen wir uns nochmals in Wien für eine Abschlusseinheit.