

Was, wenn ein einziger Tag reicht?

Ich verspreche dir nichts. Aber ich habe gesehen, wie viel an einem Tag in Bewegung kommen kann.

Es gibt Menschen, die viel können und trotzdem eher funktionieren als leben. Dabei könnte Arbeit sich anders anfühlen: wach, verbunden, mit echter Freude statt aufgesetztem Lächeln, mit Tagen, an deren Ende man müde ist, aber auf die gute Art. Bei vielen ist genau dieses Gefühl abhandengekommen, auch wenn nach aussen alles läuft. Was oft fehlt, ist nicht mehr Wissen oder ein neuer Plan. Es ist der Boden, auf dem das, was du bereits bist, wurzeln kann. An diesem Tag geht es um Verbindung: mit dem, was du weisst, mit dem, was du fühlst, und mit dem, was dich umgibt. Aus dieser Verbindung wächst etwas, das du wieder spüren kannst: deine eigene Energie, mehr Orientierung, und eine Gelassenheit, die lange gefehlt hat.

Wann eine Standortbestimmung sinnvoll ist

Es gibt Momente, in denen sich vieles gleichzeitig verändert: ein Chef- oder Teamwechsel, eine anstehende grosse Entscheidung, eine runde Lebensmarke, oder ein Gefühl, kurz vor der Erschöpfung zu stehen. Und es gibt die stilleren Momente: ein Konzept liegt fertig da, manchmal mit Unterstützung von KI entstanden, und trotzdem zieht das Bauchgefühl nicht mit. Zu viele Rollen laufen parallel. Die Freude an der Arbeit ist verblasst, während die Leistung noch stimmt. Oder es taucht die Frage auf: Was tue ich hier eigentlich? Manchmal ist schon klar, was sich ändern müsste, nur nicht wie. Manchmal ist nicht einmal das klar. So unterschiedlich diese Momente aussehen, sie teilen denselben Kern: Die Verbindung zu dir selbst ist irgendwo unterbrochen worden. Dieser Tag ist dafür da, sie wiederherzustellen.

Für wen

Für Menschen, die bereit sind, ihre aktuelle Situation ehrlich anzuschauen und aktiv etwas verändern wollen, nicht nur darüber nachzudenken. Für Menschen, die wachsen wollen und eine klare Richtung suchen. Für Menschen, die sich selbstständig machen wollen und einen echten Ausgangspunkt brauchen. Für Menschen, deren Rollen und Aufgaben neu geordnet werden dürfen und die klarere Grenzen ziehen wollen, damit wieder Raum für das entsteht, was du selbst willst, nicht nur für das, was von dir erwartet wird.

Der Tag selbst

in Vorgespräch klärt den Rahmen: Wo stehst du gerade, was beschäftigt dich, was soll an diesem Tag entstehen

Am Nachmittag ziehen wir die Turnschuhe an und gehen hinaus, in die Natur der Region La Chaux-de-Fonds. Eine Umgebung, die dir nicht vertraut ist, hält dich nicht im Gewohnten fest. Die Bewegung an der frischen Luft bringt oft eine Gelassenheit zurück, die am Schreibtisch verloren geht. Dort draussen zeigt sich oft, was drinnen sitzen bleibt: Schritte, die bisher blockiert waren, finden Raum, sich zu bewegen.

Eine Nachbesprechung festigt das Erarbeitete und konkretisiert die nächsten Schritte.

STANDORTBESTIMMUNG

Was du mitnimmst

Was am Ende des Tages bei dir bleibt, kann ich dir nicht versprechen, das wäre nicht ehrlich. Jeder Tag verläuft anders, weil jeder Mensch anders ist. Manchmal ist es ein klarer Plan für die nächsten Schritte. Manchmal sind es Erkenntnisse über dich selbst, die vorher im Verborgenen lagen. Manchmal eine Überraschung, mit der du nicht gerechnet hast. Manchmal spürst du einfach wieder, wie viel Energie in dir steckt. Und manchmal ganz einfach die Bestätigung: Das Gefühl, das du schon lange in dir spürst, war richtig. Du tankst Vertrauen. Du erkennst das grosse Ganze, oder das eine Puzzleteil, nach dem du lange gesucht hast.

Ich führe dich durch diesen Tag. Du musst dich um nichts kümmern, komm einfach, wie du bist, und es darf dabei auch Freude und Gelassenheit geben. Gleichzeitig erlaube ich mir Flexibilität in den Inhalten, weil jeder Mensch etwas anderes braucht. Ich glaube nicht an einen Weg oder eine Vorlage, die für alle funktioniert.

Rahmen und Praktisches

Dauer: 1 Tag, inklusive Vor- und Nachbesprechung

Ort: live vor Ort, Region La Chaux-de-Fonds

Format: 1:1, für Einzelpersonen oder für Unternehmen

Verpflegung: inklusive, am Tag selbst

Sprache: Deutsch

Investition: CHF 1'200, inklusive Vor- und Nachbesprechung sowie Verpflegung

Haltung

Veränderung entsteht selten durch noch mehr Druck oder alte Muster. Sie entsteht dort, wo du dich sicher fühlst und weich werden darfst, wo du empfangen kannst, statt zu kämpfen, wo dein Herz sich öffnen mag, bevor der Kopf zu erklären beginnt.

Über mich

Ich bewege mich zwischen zwei Welten: der Sitzung im Blazer, mitten im pulsierenden Zürich, und dem Garten mit Erde an den Fingern, in einem über 300-jährigen Bauernhaus in der Region La Chaux-de-Fonds. Die eine Welt schärft mich, die andere erdet mich. Aus dieser Verbindung heraus begleite ich Menschen, die viel können und trotzdem spüren, dass etwas fehlt, nicht mehr Wissen, sondern Boden.

Seit Jahren begleite ich Unternehmen und Menschen in Marketing, Kommunikation, Identität und Persönlichkeitsentwicklung sowie in Prozessen, aktuell auch im Bereich Experience und Service Design an einer Fachhochschule. Diese Erfahrung fliesst in jeden Tag mit ein, auch wenn sie an diesem Tag nicht im Vordergrund steht

Kontakt und Buchung

Janine Eichenberger · hallo@janineeichenberger.com · 079 209 49 17

Melde dich für ein unverbindliches Kennenlerngespräch, dann sehen wir gemeinsam, ob und wie dieser Tag zu dir passt.