



GESTALT
EXECUTIVE

BOKSEN

“HVIS DU VIL SE DIG
SELV I SPEJLET, MÅ DU
STOPPE OP ET ØJEBLIK”

Denne aforisme henføres til Søren Kirkegaard og henviser til, at det er nødvendigt af og til at sætte tempoet ned for at komme i en tilstand af fordybelse og undersøge, hvad der egentligt foregår i og omkring en lige nu.

Hvor er jeg lige nu, hvad har jeg gang i, og hvad er egentligt meningen med det jeg gør?

Også spørgsmål, der relaterer sig til, hvilke værdier jeg har, hvor jeg er på vej hen, kan være en del af denne fordybelse.

ET DØGN DER SKABER KLARHED

Boksen er et 24-timers forløb hvor vi sammen undersøger disse spørgsmål og fordyber os i, hvad der er vigtigt i dit liv lige nu.

Det er en eksistentiel tilgang til dit liv, som det er lige nu og her, og vi undersøger sammen de dilemmaer og udfordringer, du står overfor.

Hensigten er at skabe klarhed, valgmuligheder og retning gennem opmærksomhed på, hvordan du håndterer de svære eller udfordrende situationer, du står i.

GX

GESTALT
EXEXECUTIVE

Vi er en gruppe erfarne erhvervsfolk, der alle har en gestalt-psykoterapeutisk baggrund og en brændende nysgerighed på ledelsens natur i virksomheder og organisationer.

Vi mener at ledelses- og kulturudvikling skal have både et relationelt og strategisk perspektiv.

gestaltexecutive.com

© Gestalt Executive



UDBYTTE

Fordybelse og forøget selvindsigt gennem klarhed omkring:

Hvad der er vigtigt, og hvad der står i vejen

Hvor er du lige nu, og hvordan er udsigten

Hvor har du modstand, og hvad frygter du

Hvad er din drivkraft, og hvor vil du hen

METODE

Gennem dialog og feedback vil du skabe forøget kontakt til din sårbarhed (vrede, sorg, glæde og frygt) og derigennem skabe en forøget opmærksomhed på, hvordan du bruger din energi - tilpas, for meget eller for lidt - samt om du kompromitterer dine værdier eller dine relationer.

Vi starter med at se på din situation lige nu og slutter med at beskrive horisonten, og hvad der er vigtigt at handle på, når du kommer tilbage.

I den mellemliggende tid vil temaer opstå dynamisk, og vi vil sammen arbejde med det, du mener er vigtigt at undersøge yderligere.

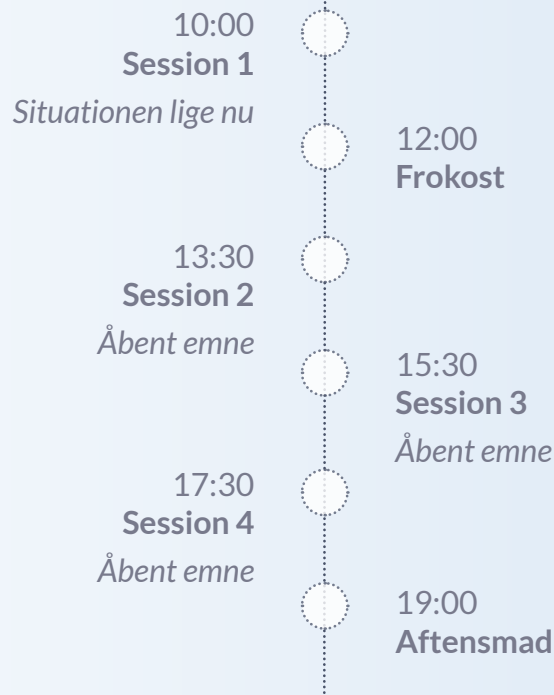
FORLØB

Der er tale om et 24-timers forløb, hvor vi sammen trækker os tilbage fra hverdagen. Forløbet består af 7 sessioner af ca. 1.5 times varighed.

Vi tilpasser programmet og sessionerne løbende, og de kan være siddende, gående eller i anden form, som vi sammen skaber.

Maden kan vi lave sammen eller få leveret. Alkohol er ikke egnet til denne form for forløb.

Forløbet vil som udgangspunkt foregå på Samsø. Det vil være muligt at anvende en anden passende lokation.



PROGRAM STRUKTUR

