Ich habe Passagierschiffe mit 600 Menschen an Bord geführt.
Heute bringe ich Teams und Unternehmen auf Kurs.

Läuft Ihr Team auf Hochtouren oder auf Reserve?
Wer führt wenn die Anforderungen steigen: Sie oder Ihr Stress?
Arbeitet Ihr Team viel oder wirksam?
Arbeitet Ihr Team miteinander oder nebeneinander?



«Wenn Menschen wissen,
was sie stärkt, sich selbst klar führen
und einander wirklich verstehen,
wird aus einem Team eine Crew,
die auch im Sturm Kurs hält.»

CAROLINE HUBER

DIE UNSICHTBAREN FAKTOREN:

Die Selbstführung des Einzelnen und die Teamdynamik entscheiden über die Leistung am Arbeitstag.



FOKUS
Produktiv statt nur beschäftigt.

ENTSCHEIDUNGEN
Klar, fundiert und zeitnah.

TEAMKULTUR
Vertrauen und Zusammenarbeit gelingen.

80 % **Der Tag wird aktiv gestaltet**

Schieben Sie den Regler: Mit wie viel Energie startet das Team?

Der goldene Bogen markiert den guten Bereich. Vereinfachte Darstellung, keine Messwerte.

→ **Genau hier setzt meine Arbeit an.**
Bei Energiemanagement, Selbstführung und der Art, wie Menschen zusammenarbeiten.

WER BIN ICH?

Ich kenne den Druck im Büro.

Und die Ruhe, die es auf der Brücke braucht.



→ ÜBER 10 JAHRE IN IT & BANKWESEN

Als Softwareentwicklerin, Prozessmanagerin und im Private Banking Support in Gross-, Mittel- und Kleinbanken und IT-Unternehmen kenne ich die täglichen Herausforderungen im Büro, zwischen KPIs und Teamdynamiken.

→ EHEM. SCHIFFSFÜHRERIN · 7 JAHRE

Mit der Verantwortung für Passagierschiffe und Schiffsmannschaften mit bis zu 600 Personen weiss ich, was es bedeutet, im Sturm einen klaren Kopf zu behalten.

→ STUDIUM DER WIRTSCHAFTSWISSENSCHAFTEN

Mein Studium als solides Fundament für die Arbeit mit Unternehmen.

→ EHEM. ATHLETIN

Ehemalige Swiss-Ski-Kaderathletin.

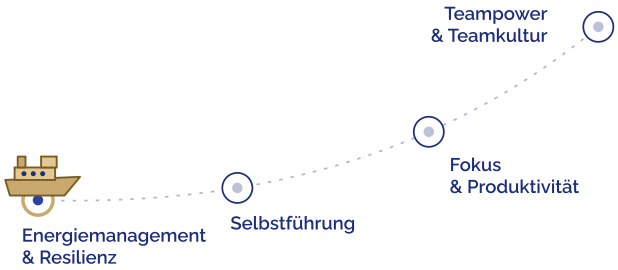
→ HEUTE

Speakerin und Mentorin für Selbstführung und erfolgreiche Teamkultur.

Die Essenz aus all diesen Welten gebe ich heute an Teams und Unternehmen weiter.

4 STATIONEN FÜR IHRE STARKE TEAMKULTUR:

STATION:
ENERGIEMANAGEMENT & RESILIENZ



Läuft Ihr Team auf Hochtouren oder auf Reserve?

Wenn ein Team dauerhaft auf Reserve läuft, sinken Fokus, Geduld und Qualität, lange bevor jemand ausfällt.

WAS IHR TEAM MITNIMMT

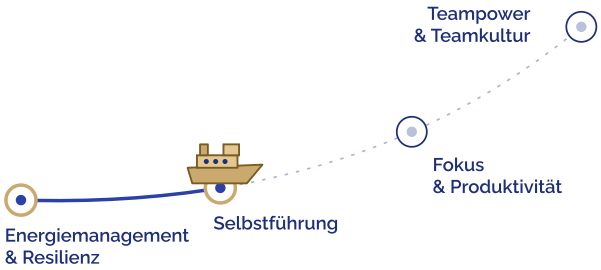
- → Das eigene Energiemanagement verstehen
- → Belastbarkeit verstehen und stärken
- → Erschöpfung und Fehlzeiten vorbeugen
- → Bedürfnisse und Grenzen erkennen

WAS SIE ALS FÜHRUNGSKRAFT GEWINNEN

- Leistungsfähigkeit
- Stresskompetenz
- Weniger Überlastung
- Weniger Fehlzeiten

4 STATIONEN FÜR IHRE STARKE TEAMKULTUR:

STATION: SELBSTFÜHRUNG



Wer führt wenn die Anforderungen steigen? Sie oder Ihr Stress?

Unter Druck entscheidet manchmal nicht der klare Kopf, sondern das Nervensystem. Wer sich selbst kennt und regulieren kann, bleibt im Vorteil, wenn es zählt.

WAS IHR TEAM MITNIMMT

- → Aufmerksamkeit bewusst lenken
- → Präsent bleiben, statt aus dem Autopilot-Modus zu reagieren
- → Stress im Körper erkennen und regulieren
- → Sich selbst und andere besser verstehen

WAS SIE ALS FÜHRUNGSKRAFT GEWINNEN

Fokus

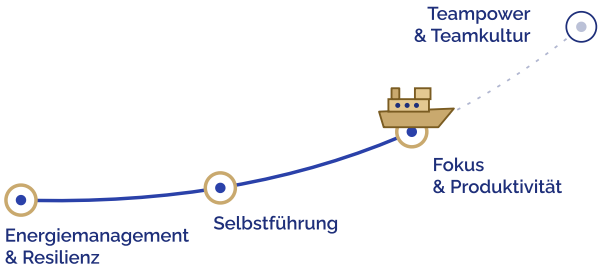
Präsenz

Bessere Entscheidungen

Souveränes Handeln

4 STATIONEN FÜR IHRE STARKE TEAMKULTUR:

STATION:
FOKUS & PRODUKTIVITÄT



Arbeitet Ihr Team viel oder wirksam?

Produktivität entsteht nicht nur durch mehr Tempo, sondern durch Klarheit. Was wirklich zählt und wie jeder Einzelne am besten arbeitet.

WAS IHR TEAM MITNIMMT

- → Souverän mit Prioritäten und Ablenkungen umgehen
- → Den eigenen Leistungsrhythmus erkennen
- → Fokus halten und Motivation verstehen
- → Produktiv arbeiten, statt nur beschäftigt zu sein

WAS SIE ALS FÜHRUNGSKRAFT GEWINNEN

Klarheit
Fokus
Motivationsfaktoren
Produktivität

4 STATIONEN FÜR IHRE STARKE TEAMKULTUR:

STATION:
TEAMPOWER & TEAMKULTUR



Arbeitet Ihr Team miteinander oder nebeneinander?

Menschen nehmen unterschiedlich wahr und bewerten unterschiedlich. Daraus können Missverständnisse und Konflikte entstehen oder, richtig genutzt, die grösste Stärke eines Teams.

WAS IHR TEAM MITNIMMT

- → Kommunikation, Vertrauen und Zusammenarbeit im Team gelingen lassen
- → Unterschiedliche Perspektiven und Bedürfnisse auf einen Kurs bringen
- → Die eigene Wirkung erkennen
- → Missverständnisse früh klären, Konflikte konstruktiv nutzen
- → Vertrauen und Eigenverantwortung stärken

WAS SIE ALS FÜHRUNGSKRAFT GEWINNEN

- Teampower
- Weniger Missverständnisse
- Konstruktive Team-Meetings
- Vertrauen
- Teamkultur

KUNDENSTIMMEN

Was Führungskräfte sagen

★★★★★

«Der Workshop mit Caroline hat uns in einer Stunde mehr Klarheit gegeben als die letzten drei Monate zuvor. Wertschätzend, tiefgründig, direkt am Punkt.»

S.B. Unternehmer, Branche IT

★★★★★

«Wir spürten, dass die Energie im Team nicht mehr stimmt. Was genau dahintersteckt, konnten wir nicht benennen. Der FLOWCHECK hat sichtbar gemacht, was wir gefühlt, aber nicht fassen konnten.»

V.N. Teamleiter, Maschinenbau/Industrie

WO STARTEN?

Fragen Sie jetzt einen kostenlosen Impulsvortrag für Ihr Haus an.

Gönnen Sie sich einen Einblick, wie Selbstführung das Wohlbefinden jedes Einzelnen, die gemeinsamen Ziele, die Teamdynamik und die Kundenbeziehungen nachhaltig prägt.

IMPULSVORTRAG ANFRAGEN

HÄUFIGE FRAGEN

Für wen eignet sich der Impuls?

Für Mitarbeitende, Teamleiter und Führungskräfte. Die Inhalte sind alltagsnah und wirken auf jeder Ebene im Unternehmen.

Wie lange dauert er?

45 bis 60 Minuten.

Was kostet der Impuls?

Ein erster Impulsvortrag ist auf Anfrage kostenlos möglich.

Was nehmen die Teilnehmenden mit?

Konkrete Aha-Momente und einfache Werkzeuge, die sie direkt in ihren Arbeitsalltag integrieren können.

Was bringt uns ein erster Impulsvortrag?

Ihr Team erlebt in kurzer Zeit, wie Energie, Selbstführung und Zusammenarbeit zusammenhängen, und erhält Impulse, die sofort umsetzbar sind. Sie sehen zudem, wo sich eine Vertiefung für Ihr Team lohnt.

Sind die Workshops und Vorträge auch für Teams geeignet, die bereits in Konfliktsituationen stecken?

Ja, nach vorheriger Abklärung mit mir. Ein erster Impulsvortrag kann dazu beitragen, Herausforderungen und Spannungen zu lösen. Vor allem aber wirkt er präventiv: Er stärkt das Team, bevor Konflikte, Erschöpfung, Missverständnisse oder Spannungen entstehen. Zudem gibt er Einblick in die Zusammenhänge und Hintergründe.

Für wie viele Personen ist der Impulsvortrag geeignet?

Nach Absprache.

Findet der Impuls vor Ort oder online statt?

Nach Absprache.

Wie können wir zusammenarbeiten?

Ich begleite Ihr Team mit meinem bewährten 8-Wochen-Programm «Flow@Work» oder biete Halbtagesworkshops und Seminartage zu Themen nach Wunsch an.

FÜR GASTGEBER

Was Ihr Haus davon hat

- Ein Thema, das Führungskräfte und Mitarbeitende gleichermassen betrifft.
- Eine Referentin mit Führungserfahrung aus IT, Finanzwelt, Schifffahrt und Leistungssport.
- Ein Einstieg ohne Risiko: Fragen Sie nach einem ersten kostenlosen Impulsvortrag.

IMPULSVORTRAG ANFRAGEN

WEITERFÜHRENDE ANGEBOTE

→ 8-Wochen-Programm «Flow@Work»

→ Halbtagesworkshops

→ Seminartage

→ Impulsvorträge

Für Unternehmen, die ihre Teamkultur und Teampower auf einen neuen Kurs bringen wollen.



IHR NÄCHSTER SCHRITT

Nehmen Sie mit mir Kontakt auf.

E-MAIL

info@flowelements.net

TELEFON

+41 76 409 94 00

GESPRÄCH BUCHEN

flowelements.net/infocall

Herzliche Grüsse

Caroline Huber