

Dunkelraum-Aufenthalte (Dunkelretreat)

Investition in Klarheit, Gesundheit und Leistung

Argumentationsleitfaden für Unternehmen

1. Herausforderung in Unternehmen:

- Hohe Belastung und Entscheidungsdruck
- Zunehmender Stress und Krankheitsausfälle
- Bedarf an nachhaltiger Mitarbeiterförderung

2. Lösung: 3-tägiger Rückzug in die Dunkelheit als persönliche Einzelerfahrung

- Vollständige Dunkelheit – Entlastung von Reizen und Routinen
- Individuelle Einzelcoaching-Begleitung für Sicherheit und gezielte Reflexion
- Vollwertige, frische Verpflegung für körperliche Stabilität

3. Vorteile für Mitarbeiter:

- Stressabbau & Resilienzsteigerung
- Mehr Klarheit & Fokus für Entscheidungen
- Steigerung von Kreativität und Problemlösung
- Neue Energie & Motivation

4. Vorteile für Unternehmen:

- Gesundere und belastbarere Mitarbeiter
- Reduktion von Ausfallzeiten
- Höhere Produktivität & Innovationskraft
- Stärkung der Führungskompetenzen

5. Kosten-Nutzen-Faktor:

- Investition in Prävention statt Folgekosten
- Nachhaltige Leistungssteigerung durch innere Stabilität
- Wettbewerbsvorteil durch gesunde, motivierte Führungskräfte und Mitarbeiter