

Zürcher Ressourcenmodell - Arbeit mit Bildern - Ressourcen aktivieren mit dem Unbewussten



Das Zürcher Ressourcen Modell (ZRM) ist eine wissenschaftlich fundierte Methode, die Dr. Maja Storch und Dr. Frank Krause an der Universität Zürich als Selbstmanagement-Verfahren ursprünglich für Lehrer entwickelt haben. Ziel ist, neben unseren bewussten Motiven auch weniger bewusste und unbewusste Bedürfnisse über die Arbeit mit Bildern aufzuspüren. Die unbewussten Bedürfnisse mit den bewussten Bedürfnissen zu synchronisieren entfacht ungeahnte Ressourcen, um *selbstbestimmt den eigenen Weg zu gehen!*

ZRM® eignet sich hervorragend für Veränderungssituationen:

- Selbstwert
- Ziele setzen
- Stressabbau
- Lerncoaching
- Berufliche und private (Neu-) Orientierung
- Persönlichkeitsentwicklung
- Gesundheit und Körper

Inhaltlicher Ablauf des Workshops:

Theorieteil des ZRM®: Rubikon-Prozess, Somatischer Marker- Besser Entscheidungen treffen, Affekt-Bilanz *Praxisteil:* Erarbeitung eines Motto –Ziels zusätzlich zu Verhaltenszielen und Ergebniszielen, Ideenkorb entwickeln, Verankerung des Motto- Ziels in den Alltag

Zürcher Ressourcenmodell - Arbeit mit Bildern - Ressourcen aktivieren mit dem Unbewussten



Workshop „Zürcher Ressourcenmodell“ im FrauRaum im Juli

Profil:

Betriebspädagogin M.A., Zertifizierter Integrativer Systemischer Coach, Selbständigkeit als Berufs- und Bewerbungscoach in Potsdam und Berlin **Tätigkeitsfelder:** Einzel-Coaching, Karriereberatung, Bewerbungscoaching, Outplacement, Berufliche Neuorientierung, Begleitung von Selbständigen, Seminare und Workshops zur Persönlichkeitsentwicklung



Sylvia Peschke-Büchel M.A.

Anmeldung: kontakt@peschke-buechel.de

Neuer Termin: 19.10.2017

Zeit: 17.00 – 21.00h

Ort: FrauRaum, Gutenbergstraße 12, 14467 Potsdam

Kosten 95 EUR

www.peschke-buechel.de