

Aufbaukurs Selbstmanagement mit dem Zürcher Ressourcen Modell®

Fortbildung zur Ressourcengewinnung aus "Schattenseiten"

Dieser Selbstmanagement-Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, einen neuen und kreativen Umgang mit negativen Gefühlen zu entwickeln und dabei eine weitere

Ressource kennenzulernen.

Zuerst widmen Sie sich Ihrem Motto-Ziel, das Sie sich im ZRM®-Grundkurs erarbeitet haben, um es nach den inzwischen erworbenen Erfahrungen bei Bedarf zu optimieren.

Wie bei der ZRM®-Methodik üblich, vergrößern Sie in einem lustvollen und abwechslungsreichen Prozess Ihren Ressourcenpool und damit Ihr Handlungsrepertoire.

Mit theoretischen Impulsen, praktischen Übungen und individuellem Feedback kommen Sie den eigenen ungeliebten Persönlichkeitsanteilen, sogenannten "Schattenanteilen" (Carl Gustav Jung) auf die Spur und nähern sich ihnen an, so dass diese ihre Bedrohlichkeit verlieren. So können sie eine neue, unterstützende Ressource werden

Teilnahme-Voraussetzung ist die vorherige Teilnahme an einem ZRM®-Grundkurs bei einem/einer zertifizierten ZRM®-Trainer*in.

Schwerpunkte

- Auffrischen des ZRM®-Wissens aus dem ZRM®-Grundkurs
- Optimierung Ihres Motto-Ziels aus dem ZRM®-Grundkurs
- Kennenlernen der Schattentheorie von C. G. Jung
- Bekanntschaft machen mit den eigenen Schatten
- eigenen Schattenseiten nutzen und daraus Ressourcen gewinnen

Ergebnisse

- Ihr Motto-Ziel aus dem ZRM®-Grundkurs ist angereichert mit neuen Ressourcen
- Sie lernen einen neuen Zugang zu bisher Unbewusstem kennen
- Sie erweitern Ihren persönlichen Handlungsspielraum
- Ihre Selbstmanagement-Kompetenzen erhalten eine neue Dynamik

Zielgruppe

Alle Personen, die das ZRM® schätzen und einen ZRM®-Grundkurs bei einer zertifizierten ZRM®-Trainerin, einem zertifizierten ZRM®-Trainer absolviert haben.

Termin

29.11.-01.12.2021

Ort(e)

Akademie Hotel, 13156 Berlin

Preis

590,00 EUR plus Übernachtung/ Verpflegung

Teilnehmende

16

Inhaltliche Anfragen

Frank Rosenbach
0172-301 28 19
frank.rosenbach@ba-kd.de

Anmeldung

Michael Rautenberg
030/ 488 37-495
michael.rautenberg@ba-kd.de

Veranstaltungs-Nr.

625808