

ZRM® Zürcher Ressourcen Modell

Ein nachhaltiger und lustvoller Ansatz des Selbstmanagements für eine gelingende Zukunft – beruflich und privat.

Das ZRM® Zürcher Ressourcen Modell ist ein wissenschaftlich fundiertes Selbstmanagement-Training. Es unterstützt kreative und selbstbestimmte Handlungsmöglichkeiten in herausfordernden Situationen oder belastenden Lebensphasen.

Durch die kreative Einbeziehung des Unbewussten schafft es Zugang zu neuronalen Ressourcen, die über Bilder und Ziele auf Haltungsebene („ZRM® Mottoziel“) sowie die eigene Körperintelligenz („ZRM® Embodiment“) wirken. So gelingt es, in relevanten Situationen selbstwirksam zu bleiben.

Im Rahmen des anerkannten ZRM®- Grundkurses gehen wir gemeinsam durch den Rubikon-Prozess, um so die Wirkung für sich selbst zu verstehen und im Coachingprozess oder in Teamworkshops anzuwenden.

Seminar

für die Stärkung der Selbstwirksamkeit

Modul 1

Personal Mastery & ZRM® - 1 Tag
Mein Bild und mein Mottoziel für die Stärkung meiner Selbstwirksamkeit

Modul 2

ZRM® - Embodiment - 1 Tag
die Körperintelligenz nutzen und zielgerichtet handeln

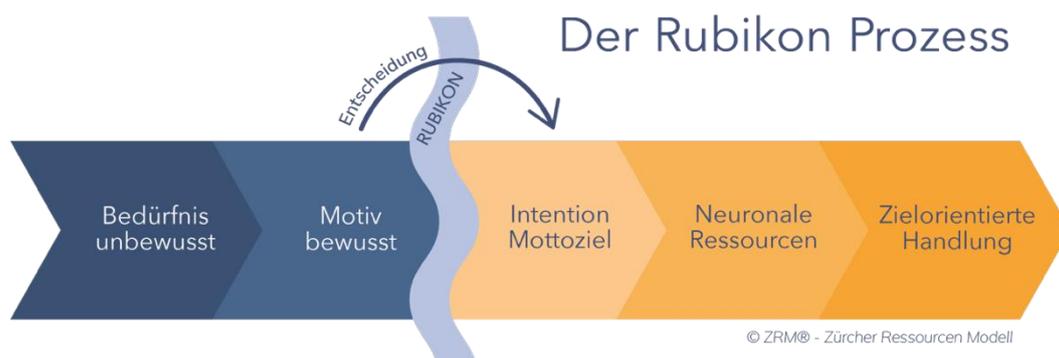
Modul 3

Reflexion und Transfer
Halbtag für Coaches und Trainer:innen für den Abschluss des anerkannten ZRM® Grundkurses

Seminarkosten

Anerkannter ZRM® Grundkurs umfasst alle drei Module: € 650,-- exkl. MwSt

Einstieg mit Modul 1 auf Anfrage und gerne für das Einstiegsmodul ein Spezialangebot für Privatpersonen



ZRM® und der Rubikon Prozess wurden von Dr.ⁱⁿ Maja Storch und Dr. Frank Krause an der Universität Zürich entwickelt, beruhend auf neuesten Erkenntnissen der Motivationspsychologie und Neurowissenschaft.

Für dich als Coach:in/als Berater:in umfasst der anerkannte ZRM®-Grundkurs alle 3 Module:

- Wie die Methode des ZRM® für dich in einem selbstgewählten Thema wirkt.
- Wie Bilder und Körperintelligenz deine Anliegen oder Zielvorhaben unterstützen.
- Wie ZRM® im Coaching oder in Team-Workshops wirksam eingesetzt werden kann.

Wir arbeiten in Kleingruppen entlang des Rubikon Prozesses und erproben bzw. reflektieren im Abschlussmodul die Praxis des Coachings, um den Transfer für die eigene Arbeit zu sichern.

Überblick über die Inhalte:

- Mein Anliegen klären und die bewussten und unbewussten Bedürfnisse entdecken.
- Persönliches Ziel auf Haltungsebene entwickeln - das ZRM-Mottoziel®.
- Embodiment: meinen Körper nutzen für meine gelingende Umsetzung.
- Handlungsoptionen für herausfordernde Situationen gestalten.
- Intuition fördern im Umgang mit mir selbst und anderen.
- Mit meinen neuen Ressourcen zielgerichtet handeln.
- Die richtigen Entscheidungen treffen für meine gelingende Zukunft.

***„Personal Mastery ist die Bereitschaft,
sich weiterzuentwickeln und Gewohntes in Frage zu stellen.“***

Prof. Peter Senge – MIT/Boston

Aktuelle Termine sind in unserer Webseite unter **Personal Mastery ZRM®**:
oder gerne eine Anfrage an office@viacona.at.

Susanne Oberleitner-Fulmek MSc
zertifizierte ZRM® Trainerin und Groupworker
Organisationsentwicklerin, Existential und Leadership Coach
NESTOR^{GOLD} Assessorin
Kontakt: s.oberleitner@viacona.at

