

Angela Hartwich & Susanne Sternberg

PRAXIS FÜR
SUPERVISION
COACHING
TEAMENTWICKLUNG
ORGANISATIONSENTWICKLUNG
FORTBILDUNG

HollerHaus – Seminaretage
Hollerstraße 14 | 28203 Bremen
Tel. 0421-9588797
info@angela-hartwich.de
info@susanne-sternberg.de
www.angela-hartwich.de

ZRM – Selbstmanagement in psychosozialen Arbeitsfeldern

„Selbstmanagement kann ausgesprochen lustvoll sein, wenn es sich konsequent an persönlichen Ressourcen orientiert“. (Maja Storch, Frank Krause)

Ziele und Nutzen: Mit dem Zürcher Ressourcenmodell (ZRM) lernen Sie auf lustbetonte Weise eine effektive Form der Selbststeuerung kennen. Sie entwickeln eine individuelle Strategie, wie Sie mit Motivation und Entschlusskraft Entscheidungen treffen und Ihren Arbeitsalltag erfolgreich meistern.

Darüber hinaus erarbeiten Sie sich in dieser Fortbildung ein Tool, mit dem Sie das ZRM auch in der Arbeit mit dem eigenen Klientel gut nachvollziehbar und nachhaltig einsetzen können.

Inhalt: Das ZRM bietet hervorragende Methoden, um mit Verstand und Unbewusstem die eigenen Bedürfnisse und Wünsche zu ergründen und zielrealisierend umzusetzen. Ihren Ursprung findet das ZRM in der modernen Motivations- und Hirnforschung und bietet ein wissenschaftlich fundiertes und kreatives Selbstmanagement-Training zur gezielten Förderung von Handlungsoptionen. »Rubikon-Prozess«, »Motto-Ziele«, »Ressourcenpool«, »Somatischer Marker«, »Affektbilanz«, »Embodiment«: Diese Themen unterstützen das Verfahren und versprechen ein vergnügliches und sehr effektives Erkennen und Umsetzen von neuen Handlungszielen und gewünschten Handlungsmöglichkeiten. In diesem Seminar lernen Sie Ihren eigenen Entscheidungsspielraum zu erweitern und Veränderungswünsche mit Begeisterung in nachhaltige Handlung umzusetzen. Theorieinputs, Selbsterfahrung und methodische Übungen wechseln sich ab.

Zeitraumen: Freitag, 09. Juni 2023 von 09:00 bis 18:00 Uhr (mit 1,5 Stunden Mittagspause, 13:00 Uhr)
Samstag, 10. Juni 2023 von 09:00 bis 18:00 Uhr (mit 1,5 Stunden Mittagspause, 13:00 Uhr)

Ort: Die Fortbildung findet in Bremen statt, HollerHaus-Seminaretage, Hollerstr. 14

Ihre Investition: Die Kosten sind abhängig davon, ob das Seminar als Fortbildung oder als anerkannter und zertifizierter Grundkurs (ISMZ) gebucht wird.

Bei einer schriftlichen Anmeldung betragen die Kosten:

- als Fortbildung gebucht: bis zum 14. April 2023, 320,00 € und ab dem 15. April 2023, 390,00 €
- als Grundkurs gebucht: 590,00 € (nach den Richtlinien des ISMZ ist leider keine Vergünstigung möglich)

Durchführende: Susanne Sternberg und Angela Hartwich
(Hypno)-systemische und transaktionsanalytische Beratung, Supervision, Coaching, Teamentwicklung, Organisationsberatung, Aus- und Fortbildung.