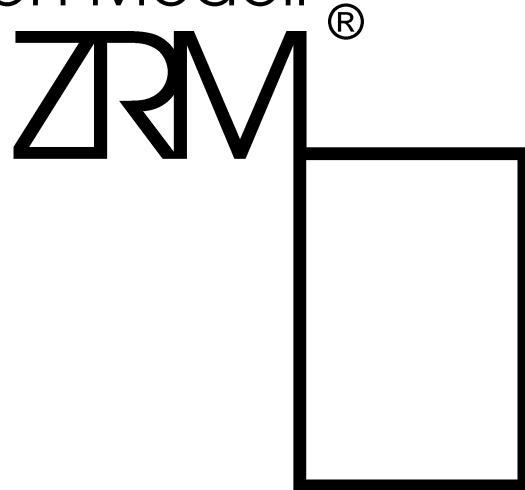


Zürcher Ressourcen Modell



RESSOURCENTRAINING
HAMBURG

Birgit Heißenbüttel, zert. ZRM-Trainerin
Supervisorin und Coach (SG)
Kleine Rainstraße 44a
22765 Hamburg
040 – 59 73 78
b.heissenbuettel@freenet.de

Aufbaukurs 1
2018

**RESSOURCENTRAINING
HAMBURG**

Selbstmanagement mit dem Zürcher Ressourcenmodell (ZRM®)

Aufbaukurs 1

Aus ungeliebten Persönlichkeitsanteilen neue Ressourcen gewinnen

In diesem zweiten Selbstmanagement-Seminar haben Sie die Gelegenheit, einen neuen und kreativen Umgang mit negativen somatischen Markern zu entwickeln und dabei eine weitere neuartige Gruppe von Ressourcen kennen zu lernen.

Bisher ungeliebte Persönlichkeitsanteile, so genannte Schattenanteile, wie sie C.G. Jung beschrieben und erforscht hat, werden in einem mehrstufigen lustvollen Prozess in Ressourcen umgewandelt und gewinnbringend integriert. Ihr Ressourcenpool wird um diese neu erworbene Qualität erweitert und mit zusätzlicher Dynamik versehen.

Ziele

- Mottoziele aus dem Grundkurs können im Aufbaukurs optimiert und mit einer neuen Thematik angereichert werden
- Je nach Bedarf wird ihr Mottoziel mit zusätzlicher Dynamik versehen oder Sie entwickeln ein neues handlungswirksames hochmotivierendes Ziel
- Die Ressourcentechniken werden wieder aktiviert und weiterentwickelt
- Sie erproben einen weiterführenden Einstieg in den ZRM®-Prozess und lernen das positive Potenzial ihrer eigenen Schattenfiguren zu erkennen und zu nutzen

Der Kurs eignet sich für alle, die ihre Selbstmanagementkenntnisse aus dem Grundkurs erweitern wollen. Daher wird für den Kurs die vorherige Teilnahme an einem ZRM®-Grundkurs vorausgesetzt.

Termine und Kosten: Do 01.11. – Sa 03.11.18,
1. Tag 14.00 – 18.00 Uhr, 2./3. Tag 9.00 – 17.00 Uhr
590,00 Euro incl. MwSt.
zzgl. 50,00 Euro Tagungsverpflegung und Mittagsbuffet

Ort: **RESSOURCENTRAINING**
HAMBURG
im
Elsa Brandström Haus mit Elbblick
Internationales Bildungs- und Tagungshaus
Kösterbergstraße 62
22587 Hamburg-Blankenese
www.ebh-hamburg.de

Kontakt: Birgit Heißenbüttel, zert. ZRM-Trainerin
Supervisorin und Coach (SG)
040 – 59 73 78, b.heissenbuettel@freenet.de