



SEMINARANGEBOT

2026 - DEIN JAHR DER VERÄNDERUNG!

ENTFALTE DEIN POTENZIAL MIT DEM ZÜRCHER RESSOURCEN MODELL ZRM®

2-TAGES-SEMINAR
IN KIRCHBERG BE

FR/SA 28. & 29. NOVEMBER 2025

JEWEIFS VON 09.00 - 18.00 UHR

DATEN FÜR 2026

ANFRAGE AN CONTACT@BRIGITTE-SIEGENTHALER.CH

DURCHFÜHRUNGSORT
DEINSEMINAR FACHSCHULE FÜR COACHING
HAUPTSTRASSE 19
3422 KIRCHBERG BE



DEIN NUTZEN

Wenn du danach strebst, **selbstbewusster aufzutreten, dich besser abzugrenzen, gelassener zu werden**, etc., dann ist dieser Kurs für dich konzipiert. Oftmals sind unsere Absichten und Ziele klar, dennoch fällt es uns schwer, langfristig an unseren Veränderungswünschen festzuhalten und diese in Tat umzusetzen. In diesem Seminar wirst du mit dem ZRM®-Selbstmanagement eine Methode kennenlernen, wie du **deinen Verstand mit deinen unbewussten Anteilen in Einklang bringen** und dadurch auch deine **Resilienz** stärken kannst. Auf diese Weise wirst du immer besser in der Lage sein, **entsprechend deiner Prioritäten und Wünsche zu handeln und selbstbestimmt Entscheidungen zu treffen**. Du wirst dein persönliches Handlungsrepertoire erweitern, indem du lernst, deine **Ressourcen** und dein **Potenzial** gezielt zu nutzen und auch in herausfordernden Situationen gestärkt und kompetent zu agieren.

Kurskosten CHF 790.-, inkl. Kursunterlagen und Pausenverpflegung

Anerkennung Dieser Kurs wird für die Zulassung zu den Zertifikatslehrgängen ZRM®-Trainer:in und ZRM®-Coach anerkannt.

LEITUNG:

CORINNE BENTZ & BRIGITTE SIEGENTHALER
FACHPSYCHOLOGINNEN, M.SC. / FSP
ZERT. ZRM®-TRAINERINNEN

ANMELDUNG AN:

CORINNE.BENTZ@PSYCHOLOGIE.CH, 077 461 41 29
ODER
CONTACT@BRIGITTE-SIEGENTHALER.CH, 077 525 63 06

WAS IST
ZRM®?

