



Wirksames Selbstmanagement mit dem Zürcher Ressourcen Modell ZRM® - Zweitägiger Grundkurs in Berlin -

Sich selbst neu ausrichten – Veränderungswünsche erfolgreich umsetzen ...

Immer wieder nehmen wir uns vor, mehr Sport zu machen, öfter „nein“ zu sagen, in einem schwierigen Gespräch gelassen zu bleiben... Oft bleibt es beim Vorsatz. Unser beruflicher und privater Alltag stellt hohe Anforderungen an das Selbstmanagement. Es ist nicht immer leicht, alles unter einen Hut zu bekommen, schwierige Aufgaben zügig anzupacken, sich optimal zu organisieren und dabei die Balance zu halten.

Das Selbstmanagement-Training mit dem ZRM® bietet eine gute Gelegenheit, sich selbst wieder neu auszurichten, besser aufzustellen und positive Energie in den Alltag mit zu nehmen.

Diszipliniert zu sein und den inneren Schweinehund zu überwinden hilft dauerhaft nicht – diese Erfahrung machen viele Menschen immer wieder. Eine Alternative bietet das Zürcher Ressourcen Modell. Wirksamkeitsstudien zeigen, dass es funktioniert: Dauerhafte Veränderungen können erzielt werden, wenn Verstand und unbewusste Bedürfnisse „mit ins Boot“ genommen werden, um gewünschte Ziele zu erreichen.

Anhand eines eigenen Veränderungswunsches

- erfahren Sie, wie Sie unbewusste Bedürfnisse mit ins Boot nehmen.
- erarbeiten Sie ein motivierendes Motto-Ziel zu Ihrem Veränderungswunsch.
- bereiten Sie die Umsetzung vor.
- lernen Sie, Ressourcen sinnvoll und clever einzusetzen.
- lernen Sie die Methodik des ZRM® kennen und können Sie auch in der Zukunft bei Bedarf anwenden.

Die ist ein zertifizierter ZRM®-Grundkurs, der als Voraussetzung für die Teilnahme an verschiedenen ZRM®-Ausbildungen anerkannt ist.

Termin

01. Dezember 2018, 09.00-18.00 Uhr und 02. Dezember 2018, 09.00-17.00 Uhr

Ort

Berlin (genauer Ort wird noch mitgeteilt)

Trainerteam

Brigitte Bröhm

Zertifizierte ZRM®-Trainerin

Alexander Puschkin

Co-Trainer

Kosten

690 € inkl. MwSt., Unterlagen, Getränke, Kaffeepausen (Mittagessen nicht enthalten); Studierende, Arbeitslose etc. bitte gesonderte Konditionen erfragen

Frühbucherrabatt:

Bei Anmeldungen bis einschließlich 15.09.2018 reduzierter Preis von 590 €

Stornoregelung:

Kostenfrei bis 14 Kalendertage vor Beginn der gebuchten Veranstaltung, danach Übernahme des Platzes durch Ersatzteilnehmer*in oder Zahlung des vollen Preises.

Anmeldung

Per Mail an info@broehm.de