

Selbstmanagement nach dem Züricher Ressourcenmodell als Methode für die Beratungspraxis kennen- und anwenden lernen.

Ein Workshop für Personalberater/innen, Supervisoren/innen und Coaches
Das Züricher Ressourcenmodell ist eine wirkungsvolle Methode des Selbstmanagements zur Anwendung in der Praxis als Supervisor/in, Coach und Personalberater/in.
Es wurde von Dr. Maja Storch und Dr. Frank Krause für die Universität Zürich entwickelt und wird laufend durch wissenschaftliche Begleitung auf seine nachhaltige Wirkung hin überprüft.

- Das ZRM beruht auf neuesten neurowissenschaftlichen Erkenntnissen zum menschlichen Lernen und Handeln. Es bezieht systematisch kognitive, emotionale und physiologische Elemente in den Entwicklungsprozess mit ein. Der Effekt ist, dass auch unbewusste (oder wenig bewusste) Bedürfnisse und Bewertungen in Entscheidungsprozesse einfließen.
- Das ZRM kann in Beratungssettings mit Einzelnen und Gruppen zur Themenfindung und Zielklärung eingesetzt werden. Mit Hilfe dieser Methode kann das Selbstmanagement (z.B. in Stresssituationen) verbessert und das individuelle Handlungspotential weiterentwickelt werden.
- Das wissenschaftlich überprüfte Zürcher Ressourcen Modell ermöglicht individuelle Ziele zu definieren und eine nachhaltige Veränderung im Bereich Selbstmanagement für Beruf und Alltag zu erreichen.
- Das Züricher Ressourcenmodell zielt darauf, die Ressourcen der Coachee zu entdecken und zu entwickeln. Ressource wird im ZRM neurobiologisch definiert. Man versteht darunter alle Prozesse, die gesundheitsfördernde neuronale Netze aktivieren. Bei Motivations- und Entscheidungsprozessen spielen Körpersignale und Emotionen eine wesentliche Rolle. Die Arbeit mit somatischen Markern greift auf dieses biologische Bewertungssystem zurück. Der Effekt ist, dass auch unbewusste (oder wenig bewusste) Bedürfnisse und Bewertungen in den Entscheidungsprozess einfließen.
- Das ZRM orientiert sich am Rubikon-Prozess. Mit seinen fünf Stufen (Bedürfnis – Motiv – Intention – präaktionale Vorbereitung – Handlung) ermöglicht er einen guten Überblick über den Weg eines Wunsches bis hin zur konkreten Handlung.

Referentin: **Elke Harnisch, Dipl.Supervisorin, Trainerin und Coach**
www.elke-harnisch.de

Nächster Termin:

01.03.2012 (Freitag) bis 02.03.2012 (Samstag)

9.30 – 17.30 Uhr (1.Tag) und 9.00-17.00 (2.Tag)

Ort: Klee-Center, Kleestrasse 21-23, 90461 Nürnberg,

Kosten: Seminar + Unterlagen + Getränke: 380,00€ + 19% MwSt.

Frühbucherrabatt: 350,00€+MwSt. bei Anmeldung bis zum 01.2.2012
an mail@elke-harnisch.de oder telefonisch 0911 4468637