

### **Selbstmanagement mit dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®)**

Damit Ihre Wünsche Wirklichkeit werden und in Alltagshandeln münden, nutzen Sie die Ideen des Zürcher Ressourcen Modells (ZRM®). Seit Jahren erfolgreich angewendet, unterstützt es Sie darin, aktuelle berufliche oder private Entscheidungssituationen zu klären. ZRM® fokussiert Ihren Willen, stärkt die Eigenmotivation, bildet handlungswirksames Verhalten aus und senkt den Stresspegel. Die Methode verknüpft motivationspsychologische Erkenntnisse mit Ergebnissen der Gehirnforschung. Sie wurde von Dr. Maja Storch und Dr. Frank Krause an der Universität Zürich entwickelt und wird laufend wissenschaftlich evaluiert. Die Infoabende sind als Vortrag mit Impulsübung angelegt. Bitte melden Sie sich zu dem Infoabend an, ab zwei Anmeldungen findet der Abend statt.

<b>Infoabende</b>	Mittwoch 21.03.2018
<b>Ort</b>	Pixelpets Agentur für Kommunikation Alte Wallgasse 6, 50672 <b>Köln</b>
	Mittwoch 25.04.2018 Ottostr. 33, 42289 <b>Wuppertal</b>
<b>Uhrzeit</b>	18:00 Uhr bis ca. 20:00 Uhr
<b>Kosten</b>	25,00 € (inkl. MwSt.)
<b>Anmeldung</b>	<a href="mailto:info@christastadler.de">info@christastadler.de</a> <a href="http://www.christastadler.de">www.christastadler.de</a>

**ZRM Kurse** `Berufliche Ziele setzen und verfolgen`  
für die G.I.B. in Wuppertal, 27.02.-01.03.2018  
Anmeldung: <http://www.gib.nrw.de/service/events>

Sich selbst managen mit dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) Anerkannter Grundkurs  
10.04. bis 12.04.2018, Bildungsurlaub im Kobi Dortmund  
[https://www.kobi.de/unsere-seminare/berufliche-kompetenz-und-arbeitswelt/kursdetails/?tx\\_idseminars\\_pi1%5Bcourse%5D=1568&tx\\_idseminars\\_pi1%5Baction%5D=show&tx\\_idseminars\\_pi1%5Bcontroller%5D=Courses&cHash=2e78039e0840c06d2c1f335c3cdc21c6](https://www.kobi.de/unsere-seminare/berufliche-kompetenz-und-arbeitswelt/kursdetails/?tx_idseminars_pi1%5Bcourse%5D=1568&tx_idseminars_pi1%5Baction%5D=show&tx_idseminars_pi1%5Bcontroller%5D=Courses&cHash=2e78039e0840c06d2c1f335c3cdc21c6)

Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®). Der Weg meiner Wünsche  
13.05.-17.05.2018 im Frauenbildungshaus Zülpich, BU  
Siehe <http://www.frauenbildungshaus-zuelpich.de/alle-veranstaltungen.html?view=event&id=1088>

**ZRM Praxistag** 05.05.2018 in Wuppertal, 10:30 bis 16:00 Uhr, max. 5 TN  
190,- zzgl. MwSt., Bitte extra Info anfordern.