

Motiviert seine Ziele verfolgen

Selbstmanagement nach dem ZRM (Züricher Ressourcenmodell)

Wenn Du ein Schiff bauen willst, dann trommle nicht Menschen zusammen um Holz zu beschaffen, Aufgaben zu vergeben und die Arbeit einzuteilen, sondern lehre den Menschen die Sehnsucht nach dem weiten, endlosen Meer.“ Antoine de Saint-Exupery

Motiviert seine Ziele zu verfolgen, ins Handeln zu kommen, ist einerseits ein wichtiges Thema für uns BegleiterInnen, andererseits auch für unsere KlientInnen. Eine wichtige Ressource beim Handeln ist die Motivation. Selbstmanagement nach dem ZRM kann uns und unsere KlientInnen dabei unterstützen seine persönlichen Ziele schneller und effektiver zu verfolgen und die Ressourcen fokussierter einzusetzen.

Das Zürcher Ressourcenmodell (www.zrm.ch) ist eine wissenschaftlich fundierte Methode. Sie lernen mit dem ZRM - Training bewusst zu entscheiden, wo sie ihre Aufmerksamkeit hinlenken wollen und wie man Ziele motiviert verfolgen kann. Unter der Beachtung neuer Erkenntnisse aus der Hirnforschung wird die Motivation ressourcenorientiert aufgebaut, so dass die individuellen Ziele erfolgreich im Alltag umgesetzt werden.

Ziele

Sie erfahren und lernen:

- Eigene Ressourcen zu entdecken und zu nutzen
- Motivationsziele zu formulieren
- neue Handlungsmuster zu entwickeln, diese in schwierigen Situationen abzurufen und anzuwenden
- eine Selbstmanagementmethode kennen, die Ihnen hilft, ihr Handlungsrepertoire zu steigern und zu erweitern
- Ressourcen fokussiert einzusetzen
- Praxistransfer in den persönlichen Berufsalltag

Zielgruppe

Das Seminar richtet sich an PädagogInnen, PsychologInnen, TherapeutInnen, ÄrztInnen, SozialarbeiterInnen, BetreuerInnen, Lebens- und SozialberaterInnen, alle Interessierten

ReferentIn

Mag.^a Bettina Bachschwöll

Ergotherapeutin im Fachbereich Neurologie und Gesundheitsförderung, Pädagogin und Sonder-Heilpädagogin, Systemischer und Hypnosystemischer Coach und Trainerin, zertifizierte ZRM

Facts

Kosten

€ 480,00 inkl. 10% MwSt.

Anmeldeschluss

29.10.2019

Ort

pro mente Akademie
Grüngasse 1A
1040 Wien

Termine

12.11.2019 - 14.11.2019

Di, Mi, Do 09:00 - 17:00 Uhr (24 UE)

Anzahl der Teilnehmerinnen

mind. 11, max. 18 Personen

Information & Anmeldung

pro mente Akademie GmbH
Seidengasse 20/2, 1070 Wien
T +43 1 513 15 30 - 113
info@promenteakademie.at
www.promenteakademie.at