

## Seminar-Nr. 23/2023

## „Sich selbstwirksam erleben“

### Selbstmanagement mit dem Zürcher Ressourcenmodell®

Zielgruppe	Pädagog*innen in Kinderkrippe Kindergarten Kinderhaus Kinderhort Tagespflege	Das 4-tägige Seminar führt Sie in das von Maja Storch und Frank Krause an der Uni Zürich entwickelte und wissenschaftlich evaluierte Selbstmanagementtraining „Zürcher Ressourcenmodell“ (ZRM®) ein. Es spricht insbesondere Menschen an, die ein Leben in Selbstbestimmung (statt Fremdbestimmung) anstreben.  Wir Menschen haben das Grundbedürfnis, uns selbst als kompetente Wesen zu erleben und auch von unserer Umwelt als solche wahrgenommen zu werden. Das heißt, wir streben beruflich wie privat nach Selbstverwirklichung, nach Realisierung eigener Ziele, Wünsche und Sehnsüchte, möglichst weitgehend unabhängig von äußeren Einflüssen.  Das ZRM® zeigt einen Weg auf, in welcher Weise Sie mit Willenskraft und Selbststeuerung ihre Pläne auch tatsächlich in Ergebnisse umsetzen können.
Zeitpunkt	4 Tage: 30.-31.01.2023 23.03.2023 22.05.2023	
Ort	IBB-Bildungszentrum Hausham	Im Seminar laden die beiden Referenten Interessierte zu einem Selbstmanagement-Training ein, das auf neuesten neurowissenschaftlichen Erkenntnissen zum menschlichen Lernen und Handeln beruht. In abwechslungsreicher Folge von systemischen Analysen, Coaching, theoretischen Impulsreferaten und interaktiven Selbsthilfetechniken entwickeln und erweitern die Teilnehmer*innen im Seminar ihre Selbstmanagementkompetenzen.
Seminarzeit	09.15-16.30 Uhr	
Referenten	H. Böhme-Konrad Wolfgang Weiss	(Weiter)Entwicklung braucht Zeit, Übung, Reflektion und vor allem die Aktivierung persönlicher und sozialer Ressourcen. Daher erweist sich die Struktur der Weiterbildung von 2 + 1 + 1 Tagen als sinnvoll.
Kosten	480,00 €	