

ZRM® Schattenkurs – Aufbaukurs I

Ihr Ärger auf Ihren Nachbarn, Ihren Chef auf... nimmt laufend zu; bei jeder Begegnung gelingt es Ihnen weniger mit Ihren negativen Gefühlen umzugehen und Ihre Abneigung zu verbergen. Sie möchten solchen herausfordernden Lebenssituationen anders begegnen - mit ressourcenorientiertem Selbstmanagement.

In unserem Alltag sind wir immer wieder mit Erfahrungen konfrontiert, die uns emotional stark fordern. Das Training nach ZRM® hilft, das eigene Fühlen und Verhalten besser zu steuern und in gewünschter Weise zu verändern, so dass souveränes „Tun“ auch in Situationen, in denen uns Mitmenschen ärgern, auf die Palme bringen, wütend machen, immer besser gelingt.

In diesem zweiten Selbstmanagement-Seminar, aufbauend auf einem Einführungs- oder Grundkurs haben Sie die Gelegenheit, einen neuen und kreativen Umgang mit negativen Gefühlen zu entwickeln und dabei weitere Ressourcen zu entdecken. Aufbauend auf Ihr im Grundkurs erarbeitetes Motto-Ziel, wird dieses aufgrund der in der Zwischenzeit gemachten Erfahrungen optimiert, und Sie reichern Ihre Ressourcen mit einer neuen Thematik gezielt an. Bisher ungeliebte Persönlichkeitsanteile, so genannte Schattenanteile, wie sie C.G. Jung erforscht und beschrieben hat, werden in einem mehrstufigen lustvollen Prozess zu Ressourcen umgewandelt. Ihr Ressourcenpool wird um diese neu erworbene Qualität erweitert und mit zusätzlicher Dynamik versehen und optimiert.

- Inhalte:** Optimierung ihres Mottoziels aus dem Grundkurs
Schatten nach C.G. Jung
Schattenseiten zu Ressourcen umwandeln
- Ziele:** Mottoziel aus dem Grundkurs ist angereichert mit neuen Ressourcen
Sie erhalten einen neuen Zugang zu bisher Unbewusstem
Aus sogenannten Schwächen werden Ressourcen
- TeilnehmerInnen:** Dieses Selbstmanagementtraining ist für jedefrau und jedermann geeignet. Es unterstützt Sie sowohl in privaten als auch in beruflichen Fragestellungen. Weil Ressourcen-Techniken aus dem Grundkurs aktiviert und weiter entwickelt werden, ist die vorherige Teilnahme an einem Einführungs- oder Grundkurs vorausgesetzt.
Anzahl TN : mindestens vier, höchstens 12 TN
- Leitung:** **Ursula Fuchs**, Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Systemisch-lösungsorientierte Therapeutin für Einzelne, Paare und Familien (Systemis.ch), Supervisorin & Coach & Organisationsberaterin (BSO), Master-Practitioner NLP und Mediatorin SVM in eigener Praxis, ZRM®-Trainerin, PSI-Kompetenzberaterin, Dozentin im Nebenamt an der Hochschule Luzern, Soziale Arbeit; Begründerin und Leiterin der wilob AG.
- Termine:** 08.05.2019, 09.00 – 12.30 Uhr, 13.45 – 16.45 Uhr
09.05.2019, 09.00 – 12.30 Uhr, 13.45 – 16.45 Uhr
- Seminarort:** w i l o b AG Eisengasse 30 5600 Lenzburg
- Anmeldeschluss:** 08.04.2019
Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Datumseingangs berücksichtigt. Die Teilnahmemöglichkeit wird ein Monat im Voraus bestätigt.

Investition: Fr. 520.00. Die Kurskosten sind nach Erhalt der Teilnahmebestätigung zu bezahlen. Die Kosten für nicht besuchte Kurstage werden nicht zurück erstattet.

Weitere Kursausschreibungen finden Sie unter www.wilob.ch

Anmeldekarte

einsenden an: wilob AG, Hendschikerstr. 5, 5600 Lenzburg
Fax: 062 892 90 78, E-Mail: kontakt@wilob.ch

Ich melde mich definitiv für folgenden Workshop an

ZRM® Schattenkurs - **Aufbaukurs I**
08./09.05.2019

Meine Adresse lautet:

Name

Vorname

Beruf

Privatadresse

Arbeitsort/Name+Adresse

☎ P ☎ G E-Mail

Ort/Datum..... Unterschrift

Mit der Anmeldung gebe ich mein Einverständnis zu den allgemeinen Bedingungen:

- Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Einganges berücksichtigt.
- Ihre Anmeldung hat Gültigkeit, wenn der Talon bei uns eingetroffen und dies von uns bestätigt ist.
- Alle Angemeldeten erhalten eine schriftliche Bestätigung, dass wir die Anmeldung erhalten haben.
- Bei Abmeldungen bis zu 6 Wochen vor Kursbeginn wird das Kursgeld zurückerstattet bzw. erlassen.
- Bei späterer Abmeldung ist eine Rückerstattung nicht mehr möglich und das Kursgeld gilt als geschuldet.

