

## **Erfolgreiches Selbstmanagement mit dem Zürcher Ressourcen Modell ZRM®**

### **Neue Impulse nach Corona!**

Kennen Sie das auch? Veränderungen, die einem aufgezwungen werden, die man nicht mitbestimmen kann fühlen sich oft schwer an. Es entsteht ein missmutiges Gefühl, die Leichtigkeit und der Schwung, den es braucht, gehen oft verloren. Wünschen Sie sich Veränderungen, die zu Ihnen passen? Möchten Sie in unbefriedigenden Situationen eine Haltung gewinnen, die Sie entspannter und zufriedener macht?

Dann kann das Zürcher Ressourcen Modell für Sie ein guter Weg sein, zu einem gelingenden Selbstmanagement. Es ist einfach zu lernen und macht Spaß!

Das Zürcher Ressourcenmodell (ZRM®) ist eine wissenschaftlich überprüfte und nach neuesten neurobiologischen und psychologischen Erkenntnissen entwickelte Methode für ein erfolgreiches Selbstmanagement. Unter Selbstmanagement versteht man die Fähigkeit, die eigene persönliche und berufliche Entwicklung weitgehend unabhängig von äußeren Einflüssen zu gestalten. Dazu gehören Themen wie Zielsetzung, Umsetzungskompetenz, Motivation und Selbstwirksamkeit.

Wenn Sie raus aus dem aufgezwungenen Muss möchten, wenn Sie Ihre Entscheidungen treffen und so reagieren wollen, wie Sie es sich immer gewünscht haben, dann lernen Sie das Zürcher Ressourcen Modell kennen. Entwickeln Sie eine innere Haltung, die Sie gelassener und selbstbewusster handeln lässt und Sie zufriedener und erfolgreicher macht.

Wann: voraussichtlich Herbst 2021  
jeweils von 9.30 – 17.00 Uhr

Wo: Berlin, Varziner Str. 4

Kosten: 590,-€

Anmeldung: [mh@hoss-coaching.de](mailto:mh@hoss-coaching.de)

Fragen: 0162 9688 053