

Wie lernen wir vorhandene Stärken freizulegen und diese auch unter Belastung sicher und zielgerichtet einzusetzen ? Mit diesem Training erkennen Menschen spielerisch ihre Potentiale. Sie erhalten Orientierung und lernen auch unter schwierigen Bedingungen ihre Stärken fokussiert und systematisch zu nutzen. Basis dieses Trainings ist das Züricher Ressourcen Modell ZRM®, welches die neusten Erkenntnisse der Neurowissenschaften in einem methodenübergreifenden Training praktisch verbindet. Die hohe Wirksamkeit des ZRM® ist in vielen Studien belegt und nachgewiesen. (www.ismz.ch) Dieses Training wirkt motivierend, hilft bei der Selbststeuerung und ist gleichzeitig Burnout-Prophylaxe.



Die Kraft des Unbewussten
gepaart mit der Intelligenz
des Körpers und der
Klarheit des Verstandes

Dipl.Phys. - Dipl. Ing. (FH)

Klaus J. Weber

Sie wissen ES selbst

Jahnstraße 33, 60318 Frankfurt am Main

Nußbergstraße 2, 66119 Saarbrücken

info@SiewissenESselbst.de, 0681 94064905

Gerade in der heutigen Zeit erleben wir den rasanten Wandel der Welt unmittelbar. Sich den damit verbundenen Herausforderungen immer aufs neue zu stellen und neue Wege zu gehen fordert viel Flexibilität und Dynamik.

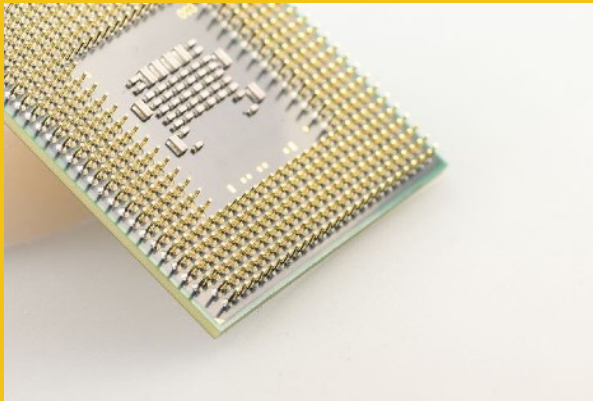
Selbstmanagement und Motivation

vom Motiv zur Handlung

durch Aktivierung des
Unbewussten

Erzähl mir und ich vergesse.
Zeig mir und ich erinnere.
Lass es mich tun, und ich
verstehe.

Konfuzius



Klaus J. Weber ist hypnosystemischer Coach, systemischer Körpertherapeut, ZRM®-Trainer als auch Physiker und Ingenieur mit langjährigem Background in Team- und Projektleitung in der IT. Die Frage: „Wie setzte ich mein Vorhaben um?“, ist dabei in fast allen Zusammenhängen zentral. Er kennt selbst viele Anliegen und Sorgen aus der Praxis. Dadurch vermag er, Brücken zu bauen und neue Möglichkeiten aufzuzeigen, wie mit der immer größer werdenden Taktung in der Arbeitswelt umgegangen werden kann. So ist dieses Training einerseits Selbstmanagement und Motivation, andererseits auch Burnout-Prophylaxe.

Inhalt des Trainings:

- Bewusste Motive und unbewusste Bedürfnisse
- Der Mensch: Ein Körper und drei Gehirne
- Das Züricher Ressourcen Modell ZRM® - Der Rubikon-Prozess
- Wie programmiere ich mich selbst? Selbstlernende Software auf dynamisch wachsender Hardware.
- Die innere Haltung macht's (Mottoziele sind Haltungsziele)
- Eigene Ressourcen erkennen und nutzen
- Embodiment - Der Körper: Eine kraftvolle Ressource
- Erinnerungshilfen und Priming
- ABC-Situationen - Krafttraining für das Gehirn
- Transfer in den Alltag

Ablauf des Trainings:

- Vorgespräch zur Motivklärung (bei Inhouse-Veranstaltungen)
- Training je nach Umfang in 1-3 Tagen
- Nach 3 Monaten Transfersicherung (optional)

Das Training kann ab 6 Personen durchgeführt werden, aber auch in Großgruppen (30 Personen und mehr). Die Durchführung in der Großgruppe bedarf eines gemeinsamen Themas (Motiv) und entsprechenden Räumlichkeiten für Kleingruppen à 5 Personen. Gerne informiere ich Sie hierzu unverbindlich.

Falls Sie Interesse an ZRM®-Trainings für ihre Personalentwicklung haben, sprechen Sie mich bitte an. Diese können in einer Gruppe von 6-15 Personen in meinen Räumlichkeiten in Frankfurt am Main oder Saarbrücken durchgeführt werden. Hierfür erstelle ich Ihnen gerne ein individuelles