

## ZRM® Schattenkurs – Aufbaukurs I

### **Aus ungeliebten Persönlichkeitsanteilen neue Ressourcen gewinnen**

In diesem zweiten Selbstmanagement-Seminar, haben Sie die Gelegenheit, einen neuen und kreativen Umgang mit negativen Gefühlen zu entwickeln und dabei weitere Ressourcen zu entdecken.

Aufbauend auf die Motto-Ziele, die Sie sich im ZRM Grundkurs erarbeitet haben, werden diese im ZRM Aufbaukurs 1 zunächst aufgrund der zwischenzeitlich gemachten Erfahrungen optimiert.

In einem weiteren Schritt können Sie dann Ihre Ressourcen mit einer neuen Thematik gezielt anreichern. 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.

Dabei werden die Ressourcen-Techniken aus dem Grundkurs wieder aktiviert und weiterentwickelt. Daher wird für diesen Kurs die vorherige Teilnahme am ZRM Grundkurs vorausgesetzt.

**Kursleitung:** Gabriele Lenker-Behnke, ZRM® - Trainerin  
Elke Harnisch, ZRM® - Trainerin

**Termin:** 23.07. und 24.07.2019

**Zeit:** 9.00 - 17.00 Uhr (1.und 2.Tag)

**Teilnahmegebühr :** 620,00€, inkl.19% MwSt.

In der Teilnahmegebühr enthalten: Seminar + Unterlagen + Pausensnacks + Getränke

**Ort:** Klee-Center, Kleestr. 21-23, 90461 Nürnberg  
**Teilnehmeranzahl :** max.10

Anmeldung: [www.ressourcenbildung.de](http://www.ressourcenbildung.de) unter **Aktuelle Termine**