



Spielerischer Umgang mit dem eigenen Schatten - ZRM® Aufbaukurs

Haben Sie in einem ZRM® Grundkurs erlebt, wie lustvoll Selbstmanagement sein kann? Dann ist dieser Kurs die ideale Fortsetzung. Er bietet die Gelegenheit, sich mit weniger geliebten Anteilen Ihrer Persönlichkeit spielerisch auseinanderzusetzen. C.G. Jung nennt die oft ins Unbewusste verdrängten Anteile, die primär als Folge unserer Erziehung, aber auch aufgrund gesellschaftlicher Werte entstehen «Schatten». Gelingt es uns, unsere Schatten ins Selbst zu integrieren, so werden ungeahnte Energien freigesetzt.

In einer abwechslungsreichen Folge von theoretischen Impulsreferaten, eigenständigen Analysen und interaktiven Trainingssequenzen lernen Sie, Schattenanteile als Ressourcen einzusetzen und so Ihre Handlungsoptionen zu erweitern.

Ihr Nutzen

- Eigene Schatteneigenschaften und Schattenfiguren entdecken und akzeptieren
- Schattenanteile spielerisch in Ressourcen transformieren
- Das eigene Handlungsrepertoire erweitern und persönlich reifen
- Einblicke in Erkenntnisse der Neurobiologie und Motivationspsychologie gewinnen
- Erneut bewährte ZRM® Instrumente kennenlernen und anwenden

Datum: Freitag, 23. und Samstag, 24. April 2021, 09:00–17:00

Ort: Seminar EPI Park, 8008 Zürich

Gruppe: 6–10 Personen

Kosten: CHF 790.– inkl. Pausenverpflegung, exkl. Mittagessen

Bestätigung: anerkannt für den ZRM® Zertifikatslehrgang

Anmeldung: bis 31. März 2021 online oder + 41 79 487 89 11



www.motivationsraum.ch

Anita Diener dipl.geogr.
PSI Kompetenzberaterin
ZRM® Trainerin

Die angewandte ZRM® Methode basiert auf neuesten neurowissenschaftlichen und motivationspsychologischen Erkenntnissen und wurde von Maya Storch und Frank Krause an der Universität Zürich entwickelt. Die Teilnahme an einem ZRM® Grundkurs ist Voraussetzung für diese Veranstaltung.