

## „Be Champion“ ZRM®- Grundkurs

Mit dem Zürcher Ressourcen Modell® erfolgreich zum gewünschten Ziel.



Mag. Romi Sedlacek: „Das Gehirn mit positiven Gefühlen freudvoll nutzen“

*„Eigentlich bin ich ganz anders, ich komme nur so selten dazu...“*

Ödon von Horvath kannte wohl auch das Phänomen, dass man Veränderungen bzw. Zielsetzungen zwar anstrebt und sich eine Zeit lang wacker hält, um sich früher oder später doch wieder im alten Handlungsmuster wieder zu finden.

Wie Ziele jedoch erfolgreich und dauerhaft erreicht werden können, macht das Zürcher Ressourcen Modell® (ZRM®), auf lebendig-leichte Weise möglich. Ziel-Erreichung zeigt dabei spielerische Elemente und macht sogar Spaß.

Das ZRM® wurde in den 1990er Jahren von Maja Storch und Frank Krause an der Universität Zürich entwickelt und ist in zahlreichen Studien in seiner Wirksamkeit bestätigt.

Dieses erfolgreiche und wissenschaftlich fundierte Training versteht sich als Selbstmanagement-Methode. Zum Unterschied von vielen anderen Verfahren bleibt bzw. wird der Trainingsteilnehmende sein eigener Experte. Im ZRM-Training stehen die Ressourcen im Vordergrund, die jeder bereits mitbringt. Da auch das Unbewusste mit an Bord geholt wird, gelingt es mit dem ZRM den „inneren Saboteur“ charmant auszutricksen und so einer langfristigen Zielerreichung den Weg zu ebnen.

**Dieser ZRM®-Grundkurs ist anerkannt für die Zulassung zum ZRM®-Zertifikatstrainerlehrgang.**

### **Fortbildung verbunden mit lukullischem Genuss!**

Ich freue mich, meinen Seminarteilnehmenden die Pausenverpflegung von einem der renommiertesten „Gourmettempel“ Wien`s zu bieten.

Canapee´s, Brötchen und Petit Fours werden frisch für uns zubereitet und täglich geliefert.

Dazu stehen ausgewählte biologische Fruchtsäfte, Tee und Kaffee sowie eine gut gefüllte Obstschüssel zur Seminarzeit bereit.



**Ort und Zeit:** ctc - academy, Gölsdorfasse 3, 1010 Wien,  
FR 26.01.18 – SO 28.01.18  
16:00-20:00 (1.Tag), 10:00 – 18:00 (2. und 3. Tag)

**Teilnehmeranzahl:** 3 - 10

**Teilnahmevoraussetzung:**  
Überweisung des Seminarbetrages nach elektronischer oder telefonischer Anmeldung.

**Hinweis:**  
Die Teilnahme am Seminar erfolgt in eigener Verantwortlichkeit und unter der Voraussetzung normaler psychischer Befindlichkeit. Selbstmanagement nach dem ZRM setzt aktive Mitarbeit voraus und grenzt sich von psychotherapeutischen Bedürfnissen ausdrücklich ab. Mit Ihrer Anmeldung zeigen Sie sich mit dieser Prämisse einverstanden.

**Seminargebühr:** 655.- zzgl. 20% Ust. p.P.,  
**Rabatt:** Bring-a-Friend-Bonus: Minus 30.- für beide TeilnehmerInnen.

**Stornobedingungen:** Die Stornierung ist bis zum 21. Tag vor Seminarbeginn kostenlos. Bei einer Stornierung ab dem 20. bis zum 10. Tag vor Seminarbeginn fallen 50% der Seminargebühr an, ab dem 9. Tag vor Seminarbeginn werden bei Stornierung 100 % der Seminargebühr in Rechnung gestellt. Stornierungen gelten nur in schriftlicher (eMail) und von mir bestätigter Form (Antwortmail). Sollten Sie einen Ersatzteilnehmer, eine Ersatzteilnehmerin der/die meinerseits akzeptiert wird, bringen, fallen selbstverständlich keine Gebühren für Sie an.

Sollte ich meinerseits das Seminar absagen müssen, erhalten Sie die bereits bezahlte Seminargebühr umgehend retour überwiesen. Die Kosten für die Anreise und die Übernachtung trägt jedenfalls der/die Seminarteilnehmende/n selbst.

**Leistungen:** Prozessbegleitung, umfangreiches Skriptum, hochwertige Farbkopie des ZRM-Bildes, Musikliste und Flipchartdokumentation in elektronischer Übermittlung, Pausenverpflegung

**Extraservice für SeminaristInnen der Praxis für Lebensthemen**

- SeminaristInnen der Praxis Lebensthemen erhalten nach Veranstaltungsende kostenlosen Support bei allen Fragen und Anliegen zum Seminar, die telefonisch oder elektronisch im 10 Minuten-Rahmen bearbeitet werden können;
- sowie vergünstigte Einzelcoachings zum Seminarthema bis 6 Monate nach Seminarende. (20% Rabatt auf den Normalpreis).

**Referentin:**

**Mag.<sup>a</sup> Romi Sedlacek**

Gesundheitspsychologin, Arbeits- und Organisationspsychologin, klinische Psychologin, Dipl. Wirtschaftstrainerin, Supervisorin, Lebens- und Sozialberaterin, zertifizierte ZRM-Trainerin.

Geboren 1961 in Linz. Berufstätigkeit im psychosozialen Berufsfeld seit 1991.

Vortrags- und Seminartätigkeit in der Erwachsenenbildung seit 1999.

Leitung der Coaching-Praxis *Lebensthemen* seit dem Jahr 2006.



Romi Sedlacek: „Gratulation zum Entschluss, sich auf den Weg zu machen!“