Einzeltraining: Gelassenheit mit dem Zürcher Ressourcenmodell

Weniger Stress - mehr emotionale Stärke

Unter Druck und Stress nimmt die kognitive Verhaltenskontrolle ab. Bewusstes Wollen und gefühltes Erleben geraten dann schnell in einen Widerspruch. Es sind gar nicht die großen Themen, die die Kraft rauben, sondern die alltäglichen kleinen Dinge, durch deren schiere Menge die Grenzen der Belastbarkeit erreicht werden kann. Das Zürcher Ressourcenmodell ZRM® ist eine wissenschaftlich fundierte und gut evaluierte Methode, um sich im Alltag zielgerichtet und zur eigenen Zufriedenheit zu bewegen. Dabei liegt der Schwerpunkt auf der Aktivierung unbewusster Ressourcen, um die erwünschten Veränderungen herbeizuführen.

Hinweis zu deiner persönlichen Lernumgebung

In deiner Online-Lernumgebung findest du nach deiner Anmeldung nützliche Informationen, Downloads und Extra-Services zu dieser Qualifizierungsmaßnahme.

Teilnehmer:innenkreis

Fach- und Führungskräfte sowie alle, die durch eine starke Haltung und mehr Gelassenheit zukünftige Aufgaben und schwierige Situationen mit Zuversicht meistern möchten.

Open Badges - Zeige auch digital, was du kannst.

Open Badges sind anerkannte, digitale Teilnahmezertifikate. Diese verifizierbaren Nachweise sind der aktuelle Standard für die Einbindung in Karrierenetzwerken wie z.B. LinkedIn.

Damit zeigst du digital, über welche Kompetenzen du verfügst.

Nach erfolgreichem Abschluss erhältst du von uns ein Open Badge.

Mehr erfahren kannst du unter:
https://www.haufe-akademie.de/seminare-lehrgaenge/trending-topics/open-badges



Deine Vorteile im Überblick

Open Badges
Binde deinen digitalen Badge in die Karrierenetzwerke ein und zeige, was du kannst.

Alle Lernmaterialien auf einen Blick
In deiner App oder Online-Lernumgebung findest du nach deiner Anmeldung alle relevanten Infos, Services & Arbeitsunterlagen zu deiner Qualifizierung.

Details zur Weiterbildung

Einzeltraining | Online

4 Stunden

Teilnahmegebühr

€ 1.140,- zzgl. MwSt.
€ 1.356,60 inkl. MwSt.

Deine Anmeldemöglichkeiten

Online: www.haufe-akademie.de/42894
E-Mail: anmelden@haufe-akademie.de

Buche deine Weiterbildung einfach und schnell online. Gib sonst bitte unbedingt den Namen des Teilnehmenden und die vollständige Rechnungsanschrift mit Telefonnummer sowie E-Mail-Adresse an.

In unserem Bereich Fragen & Antworten (FAQ) findest du alle Antworten auf die häufigsten Fragen rund um unsere Weiterbildungen:
https://www.haufe-akademie.de/faqs

Unsere ausführlichen Teilnahmebedingungen findest du auch im Internet unter www.haufe-akademie.de/agb oder im Gesamtprogramm.
Die vollständigen Datenschutzbestimmungen findest du unter www.haufe-akademie.de/datenschutz.