

ZRM KURS Dezember 2015

Hach! Seufz! Schwelg! Was für eine Weiterbildung!

5 harte qualvolle Jahre dauerte meine berufsbegleitende Ausbildung, danach hatte ich 10 Jahre lang keinerlei Lust auf irgendwelche Kurse und weiteren Wissenserwerb und kam meiner Weiterbildungspflicht nur widerwillig nach (und bloß nicht am Wochenende, bitte!).

Bis ich die ZRM-Werbepostkarte sah, die versprach, dass aus meinem "inneren Schweinehund" ein „energetischer Schlittenhund“ würde.

Das wollte ich erleben -ich mag Schweine und liebe Hunde!

Am Ende des Kurswochenendes kam ich dann reich beschenkt mit einem Rudel Füchse, voller Motivation, gefüllten Ideenkörben, einem Mottoziel und total guter Stimmung nach Hause.

Herzlichen Dank an Uwe Nowak und die Kursteilnehmer für diese Erfahrung!

**Suzi Fiedler, Psychologische Psychotherapeutin
(die sich seitdem "federnd ins Leben schwingt" ...)**

ZRM KURS Dezember 2015

Vor einiger Zeit nahm ich an einem ZRM-Grundkurs am IPP Leipzig teil.

Selbstmanagement – das schien mir für mich gerade richtig.

Der Kurs war einfach gut.

Ganz entgegen meiner Erwartung war er nicht kopflastig, sondern höchst lebendig, voller direkter Erfahrungen und oft mit Lachen.

Sehr gefallen hat mir, dass jeder von der Gruppe in der Findung seines eigenen neuen Motto-Zieles unterstützt wurde. Die Ressourcen, also die Suche nach dem Positiven, standen im Mittelpunkt, zugleich mit dem Wissen, dass das Verfolgen meines Zieles Konsequenzen haben wird, gute und vielleicht auch weniger erfreuliche.

Besonders hilfreich waren die Erinnerungshilfen: Kleine Zeichen, Bilder, Hinweise aller möglichen Art, die mich im normalen Leben immer wieder auf mein erarbeitetes Ziel hinweisen und mir eine kleine, positive Unterstützung in meiner Richtung geben.

Im Leben angewendet ist der Kurs sehr unterstützend.

Dr. Anne Peters 04275 Leipzig