

Veranstalter:

Schulreferat im Kirchenkreis Essen
Schulreferent Dietmar Klinke
Haus der Evangelischen Kirche
III. Hagen 39 · 45127 Essen
Telefon: (0201) 22 05 240

Anmeldung

bis 26. November 2020

Email: schulreferat@evkirche-essen.de

Telefon: (0201) 22 05 240

oder (bevorzugt und mit direkter Anmeldebestätigung für Ihre Unterlagen) über unser Online-Portal Schulreferat-Essen.de

Bitte bei der Anmeldung angeben:

Name / Kontaktdaten / Schule

Kursgebühr:

25 EUR inkl. Arbeitsmaterialien, Getränken und Obst

Bitte erst nach Aufforderung überweisen auf das

Konto des Kirchenkreises Essen bei der KD-Bank

IBAN: DE55 3506 0190 1011 1400 13

BIC: GENODED1DKD

Verwendung:

Zürcher Ressourcenmodell



**Fortbildung für Lehrende aller
Schulformen und -stufen**

**Neue Wege gehen -
Zielen Kraft geben mit dem Zürcher
Ressourcenmodell
Gesund bleiben im Schulalltag**

10. Dezember 2020

Leitung:

**Sabine Teuchert, Fachleiterin, Religionslehrerin, Coach
Delia Nixdorf, Fachleiterin, Dipl.Psych., Coach**

Haus der Evangelischen Kirche Essen
III. Hagen 39 · 45127 Essen

Neue Wege gehen - Zielen Kraft geben mit dem Zürcher Ressourcen- modell Gesund bleiben im Schulalltag

Loslassen, abschalten können, motiviert bleiben,
Freude an der Arbeit haben ...

Viele Kolleg*nnen haben diese oder andere Vorsätze,
die sich aber in ihrem Alltag nicht immer umsetzen
oder erreichen lassen.

Das Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) ist eine
vielfach erprobte und wissenschaftlich fundierte
Methode zur gezielten Entwicklung und Erreichung
von Zielen.

Es bietet Möglichkeiten zur Persönlichkeitsentwicklung,
Ressourcenaktivierung und Selbststeuerung.
Entwickelt wurde es bereits vor ca. 20 Jahren von
Maja Storch und Frank Krause in Zürich, u.a. auch im
Zusammenhang mit dem Thema Lehrergesundheit.
Inzwischen bestätigen vielfältige Forschungen die
Wirksamkeit dieser Methode.

Mit Hilfe von Bildern werden dabei Zugänge zum
Unbewussten und zu Emotionen gesucht, um Ziele
sinnvoll, realistisch und motivierend zu formulieren.
Wenn unser Unbewusstes, unsere Emotionen, unser
Körper und unser Verstand zusammen arbeiten,
kann das Erreichen unserer Ziele gelingen.
Unsere eigenen Ressourcen unterstützen uns
zudem auf diesem Weg.

Am Ende dieses Tages bekommen Sie „Ihr“ Bild, ein
formuliertes Motto-Ziel und Ideen zur Umsetzung
für Ihren Alltag mit nach Hause.

Dabei sind vielfältige individuelle und persönliche
Ziele denkbar, wie z.B.: mich mehr an dem schon
Erreichten freuen, mehr Ruhe / Entspannung in
meinem (Schul-)Alltag, gelassener in schwierige
Klassen / Elterngespräche gehen, besser mit vielfältigen
Anforderungen umgehen, auf meine eigenen
Fähigkeiten vertrauen, etwas Neues wagen, aus der
Rolle fallen, ...

Weitere Infos zum Zürcher Ressourcenmodell ®
finden Sie unter: www.zrm.ch

Zeit:

Donnerstag, 10. Dezember 2020

9.00 - 16.00 Uhr

ca. 1 Std. Mittagspause zur freien Verfügung

Ort:

Haus der Evangelischen Kirche
III. Hagen 39, 45127 Essen

Leitung:

Sabine Teuchert

Fachleiterin, Religionslehrerin, Coach

Delia Nixdorf

Fachleiterin, Dipl.Psych., Coach

Für die Teilnahme an der Fortbildung erheben wir
eine Kursgebühr von 25 EUR.

Mindestteilnehmer*innenzahl von 9 Personen.