

## **Ressourcenaktivierung in Therapie, Beratung und Coaching – am Beispiel des Zürcher Ressourcen Modells (ZRM®)**

Die Ressourcenaktivierung ist ein zentraler Aspekt moderner therapeutischer Ansätze von der Verhaltenstherapie über die Positive Psychologie, Lösungsorientierte Kurzzeittherapie bis hin zur (hypno-)systemischen Therapie. Die neurowissenschaftliche Forschung der letzten beiden Dekaden hat die fundamentale Bedeutung dieser Perspektive noch einmal eindrucksvoll herausgestellt. Für systemische Therapeut\*innen, Berater\*innen und Coaches ist vor diesem Hintergrund insb. die Beschäftigung mit dem ZRM® fruchtbar. Als deren Begründer\*innen, Maja Storch und Frank Krause, das Konzept vor über 20 Jahren entwickelten, haben sie im Sinne eines Best-in-Class-Ansatzes Konzepte zur Motivation, zu Wirksamkeitsfaktoren in der Psychotherapie sowie neurowissenschaftliche Erkenntnisse integriert. Das ZRM® ist ein ganzheitlicher Ansatz, der Kognitionen, Bedürfnisse und Körperlichkeit einschließt. Er eignet sich hervorragend, die Autonomie von Klient\*innen zu erhöhen und ihnen zu helfen, mehr Selbstbestimmung im eigenen Leben zu realisieren. Im Workshop wird die Methode konkret erlebt und der Transfer in die eigene Arbeit vorbereitet.

### **Inhalt des Workshops**

- Ressourcen-Konzept: Die Ursprünge, Ressourcen-Arten, Klassische Methodik
- Systemische Perspektive: Ressourcen-Erhebung, -Bilanzierung und System-Modellierung
- Das Konzept des Zürcher Ressourcen Modells (ZRM®)
- Phasenmodell: Rubikon-Prozess
- Somatische Marker, Ideenkorb, Motto-Ziele und Embodiment
- Selbsterfahrung als Teilnehmer\*in und Anwender\*in
- Arbeiten mit dem Online-Tool
- Umsetzungsunterstützung und Anwendungsbeispiele

### **Zielgruppe:**

Fachkolleg\*innen aus Praxisfeldern der sozialen Arbeit/Kinder und Jugendhilfebereich, Schulen, Gesundheitshilfe sowie Berater\*innen und (Psycho-) Therapeut\*innen in freier Praxis.

**Termin:** **Freitag, 12.04.2024** - 9:30 Uhr bis 16.30 Uhr  
(insgesamt 08 Unterrichtseinheiten)

**Ort:** Refrather Treff, Steinbrecher Weg 2, 51427 Bergisch Gladbach

**Gruppengröße:** max.16 Teilnehmer\*innen

**Kosten:** 120,00 Euro  
110,00 Euro für ehem./aktuelle RIFS-Weiterbildungsteilnehmer\*innen  
incl. Kaffee/Tee/Wasser

**Leitung:** **Thomas Webers**, Bonn,  
Dipl.-Psych., Dipl.-Theol. Fachpsychologe A+O (DGPs/BDP), Wissenschaftsexperte  
Coaching (DBVC), Business Coaching, Change-Management

