

## Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) für Erwachsene

### Gefühle erkennen und Ziele erreichen – ein Training für Erwachsene

**Freitag 08.11.2019** 15:00 - 18:00 Uhr, **Samstag 09:30 - 18:30 Uhr**, **Sonntag 10.11.2019** 09:30 - 17:00 Uhr.



Dr. Maja Storch und Dr. Frank Krause haben mit dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) an der Universität Zürich ein Selbstmanagement entwickelt, welches unseren Verstand mit unseren unbewussten Emotionen verknüpft. Erst die Kombination aus beiden lässt uns Ziele nachhaltig verfolgen und erreichen.

Auch wenn wir dem Verstand sehr viel „Macht“ zuschreiben, so sind es unsere Gefühle, die Entscheidungen absichern und uns Ziele erreichen lassen. Das Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) verbindet aktuelle wissenschaftliche Methoden und Erkenntnisse mit einer praktischen Nutzbarkeit im Alltag und ist sowohl für junge Menschen als auch Erwachsene sehr gut anwendbar.

#### Inhalte und Chancen des Trainings

Der Begabungsblick-ZRM-Kurs für Erwachsene richtet sich an Menschen, die sich besser verstehen und persönliche Ziele erreichen möchten. Wir bringen den TeilnehmerInnen bei, was neben dem Verstand noch notwendig ist, um Ziele zu erreichen und wie dieses praktisch und alltagstauglich möglich wird.

Wie zeigen nicht nur auf, warum es wichtig ist, persönliche Emotionen wahrzunehmen, sondern auch, wie man diese erkennt (wo ist z. B. Freude oder Kummer spürbar). Das Training unterstützt dabei, eigene - vielleicht versteckte - Wünsche zu identifizieren und persönliche Ziele zu erreichen, um sich selbst treu zu bleiben oder zu sich selbst zurückzufinden. Durch verschiedene Methoden und praktische Übungen sichern wir ab, dass auch nach dem Kurs das Gelernte angewandt werden kann und nachhaltig verankert wird.

#### Die Gruppe und die Trainer

Die TeilnehmerInnen profitieren durch die unterschiedlichen Perspektiven und Ideen der anderen TeilnehmerInnen. Durch das positive Gruppenerlebnis werden neue Impulse und der Austausch ermöglicht, ohne dass persönliche Geheimnisse in der Gruppe preisgegeben werden müssen.

Jeder Kurs besteht aus mindestens acht und maximal aus 16 TeilnehmerInnen.

Die Trainings werden geleitet von Kristian Stelter und/oder Claudia Völkening, beide sind zertifizierte begabungspsychologische Berater und weitergebildet in der Anwendung des Zürcher Ressourcen Modells (ZRM®)

## Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) für Erwachsene

### Gefühle erkennen und Ziele erreichen – ein Training für Erwachsene

**Freitag 08.11.2019** 15:00 - 18:00 Uhr, **Samstag 09:30 - 18:30 Uhr**, **Sonntag 10.11.2019** 09:30 - 17:00 Uhr.

#### Dauer und Kosten

Der Kurs findet im Unternehmerinnenzentrum Hannover, Hohe Straße 11 in Hannover Linden statt. Er wird von Kristian Stelter und/oder Claudia Völkening durchgeführt.

Mit der Anmeldung erkennen Sie an, dass folgende Bedingungen gelten:

- Ein ZRM-Kurs besteht aus mindestens sechs TeilnehmerInnen.
- Die Kursunterlagen sind im Preis inbegriffen.
- Von den Teilnehmern versäumte Termine werden nicht nachgeholt und es entsteht kein Anspruch auf Ersatzleistung zu einem späteren Zeitpunkt. Von Begabungsblick abgesagte Termine werden nachgeholt.
- Die Kursgebühr pro Teilnehmer beträgt 480,00 € und wird nach Rechnungserhalt bezahlt.  
**Frühbucherrabatt: Anmeldung bis zum 08.08.2019: 420 € zahlen und 60 € sparen!**
- Rücktritt: 50 % der Kursgebühr wird fällig, wenn Sie 30 Tage vor Kursbeginn zurücktreten, danach 100 %.
- Gerichtsstand Hannover. Es besteht eine Haftpflichtversicherung.

#### Anmeldung

**Vor- und Zuname:** \_\_\_\_\_

**Straße und Hausnummer:** \_\_\_\_\_

**PLZ und Ort:** \_\_\_\_\_

**Telefon:** \_\_\_\_\_

**Mail:** \_\_\_\_\_

Durch die Anmeldung stimmen Sie der Verarbeitung der zuvor angegebenen Daten zu. Eine Anmeldung ohne diese Daten ist nicht möglich.

Die nachfolgenden Informationen zur Verarbeitung personenbezogener Daten nach Artikel 13 der DSGVO habe ich zur Kenntnis genommen.

Ich wünsche, dass die Kooperationspartner von Begabungsblick mich über weitere Angebote informieren. Die Anmeldung zum Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) für Erwachsene ist selbstverständlich ohne dieses möglich.

\_\_\_\_\_  
Ort und Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Auftraggeber

Veranstalter

Begabungsblick  
Claudia Völkening  
Hohe Straße 11, 30449 Hannover

Steuer Nr. 23/145/19574  
info@begabungsblick.de  
www.begabungsblick.de

(2 / 3)

05/18

## Informationen zum Datenschutz gem. Art. 13 DSGVO

Mit den folgenden Informationen geben wir Ihnen einen Überblick über die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten im Rahmen des Kurses „Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) für Erwachsene“ von Begabungsblick Beratung und Training.

### 1. Wer ist für die Verarbeitung meiner Daten verantwortlich?

Verantwortlicher im Sinne der Datenschutzgrundverordnung sind die Kooperationspartner:  
Claudia Völkening, Hohe Straße 11, 30449 Hannover,  
E-Mail: claudia.voelkening@begabungsblick.de und  
Kristian Stelter, Hohe Straße 11, 30449 Hannover,  
E-Mail: kristian.stelter@begabungsblick.de

Wir verarbeiten personenbezogene Daten im Einklang mit den Bestimmungen der Europäischen Datenschutz-Grundverordnung (im Folgenden „DSGVO“) und dem Bundesdatenschutzgesetz (im Folgenden „BDSG“).

Bei Fragen zum Datenschutz wenden Sie sich bitte an die zuvor genannten Personen

### 2. Zu welchen Zwecken werden meine Daten verarbeitet und auf welcher Rechtsgrundlage?

Wir verwenden Ihre personenbezogenen Daten für die Anmeldung und Durchführung des hier genannten Angebots, auf Grundlage von Artikel 6 (1) (b) der Datenschutzgrundverordnung (DSGVO). Bei Verarbeitungsvorgängen, für welche wir eine Einwilligung einholen dient Art. 6 (1) a der DSGVO als Rechtsgrundlage.

### 3. Gibt es für mich eine Pflicht zur Bereitstellung der Daten?

Im Rahmen Ihrer Anmeldung müssen Sie diejenigen Daten bereitstellen, die für die Erfüllung der vertraglichen Pflichten innerhalb der Veranstaltungsdurchführung erforderlich sind oder zu deren Erhebung wir gesetzlich verpflichtet sind.

Ohne diese Daten können Sie an der Veranstaltung leider nicht teilnehmen. Eine Einwilligung zur Datenweitergabe zu weiteren Zwecken müssen Sie nicht erteilen.

### 4. Wer bekommt meine Daten?

Ihre Daten werden im Rahmen der Anmeldung von den Kooperationspartner Claudia Völkening und Kristian Stelter verarbeitet. Sämtliche Partner/Dienstleister erhalten nur in dem Umfang und für den Zeitraum Zugang zu Ihren Daten, der für die Erbringung der Leistungen jeweils erforderlich ist.

### 5. Wie lange werden meine Daten gespeichert?

Wir speichern Ihre personenbezogenen Daten nur für den Zeitraum, der zur Erreichung des Speicherungszwecks und der gesetzlichen Aufbewahrungsfristen erforderlich ist.

### 6. Welche Rechte habe ich in Bezug auf meine Daten?

Ihnen stehen folgende Rechte zu: Recht auf Auskunft über Ihre bei uns gespeicherten Daten; Berichtigung, Löschung, Einschränkung der Verarbeitung Ihrer Daten oder Widerspruch gegen die Verarbeitung, sowie das Recht auf Datenübertragbarkeit.

Sollten Sie von Ihren Rechten Gebrauch machen wollen oder haben Sie allgemein Fragen zum Datenschutz rund um die Angebote von Begabungsblick Beratung und Training, so können Sie sich jederzeit an uns über die oben genannten Kontakte wenden. Daneben haben Sie die Möglichkeit, sich an eine Datenschutzbehörde zu wenden und dort Beschwerde einzureichen.

Auf Basis der von betroffenen Personen erhobenen Daten wird keinerlei automatisierte Entscheidungsfindung oder Profilbildung vorgenommen.