

# ***Das Zürcher Ressourcen Modell - ZRM®***

Neuste Erkenntnisse aus der Motivationspsychologie und Hirnforschung zum wirkungsvollen Einsatz im Training und Coaching

Julia Glöer

---

## **Zum Workshop:**

Das Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) ist ein Selbstmanagement-Training, mit dem es gelingt, Veränderungsprozesse auf nachhaltige und lustvolle Weise zu gestalten. Entwickelt wurde es von Dr. Maja Storch und Dr. Frank Krause an der Universität Zürich.

Bemerkenswert ist, dass mit ZRM Anliegen in kurzer Zeit dauerhaft gelöst werden können. Unterschiedliche Projektionstechniken ermöglichen dem Klienten einen spielerischen Zugang zu unbewussten Bedürfnissen. So wird sichergestellt, dass etwaige Motivkonflikte, die normalerweise Veränderungsprozesse scheitern lassen, aufgelöst werden. ZRM ermöglicht ein Arbeiten an tief liegenden Mustern ohne aufwendige Psychotherapie oder Aufarbeitung der Vergangenheit eines Klienten. Der Klient wird ermutigt auf absolut selbstbestimmte Art und Weise seine persönlichen Ziele zu bestimmen, inneren Motivkonflikte aufzulösen und Ziele zu bilden, die ein hohes Maß an Umsetzungsgewissheit aufweisen.

Eine Besonderheit des ZRM® ist, dass neben kognitiven Überzeugungen auch unbewusste Gefühlslagen über somatische Marker berücksichtigt werden. Das Einbeziehen von Körpersignalen ist im Coaching immer noch eine Besonderheit, aber vermutlich liegt hier der Grund für den großen Erfolg des ZRM®. Im Workshop wird insbesondere auf somatische Marker und das Thema Embodiment im Coaching eingegangen.

## **zur Person:**

Julia Glöer ist zertifizierte ZRM®- und Embodied Communication-Trainerin, lizenzierte PSI-Kompetenzberaterin und ausgebildete Life Work Planning-Trainerin sowie Geschäftsführerin des PLB INSTITUTES in Hamburg.

In Ihrer langjährigen Tätigkeit als Beraterin und Trainerin ist sie auf die Themen Motivation und Selbstmanagement im Beruf und Berufsplanung sowie Positionierung und Akquise für Selbstständige spezialisiert. Sie verbindet dabei neuste neurowissenschaftliche Erkenntnisse mit effektiven Trainingstools. Ein Schwerpunkt ihrer Arbeit ist die Weiterbildung von Fachpersonal. Deutschlandweit schult sie Berater, Coaches und Therapeuten neben Mitarbeitern aus sozialen Institutionen sowie Lehrkräfte.

## **Kontakt:**

PLB.Institut  
Julia Glöer  
Bahrenfelder Straße 265  
22765 Hamburg  
Tel.: 0171 213 40 20  
[info@plb-institut.de](mailto:info@plb-institut.de)  
[www.plb-institut.de](http://www.plb-institut.de)