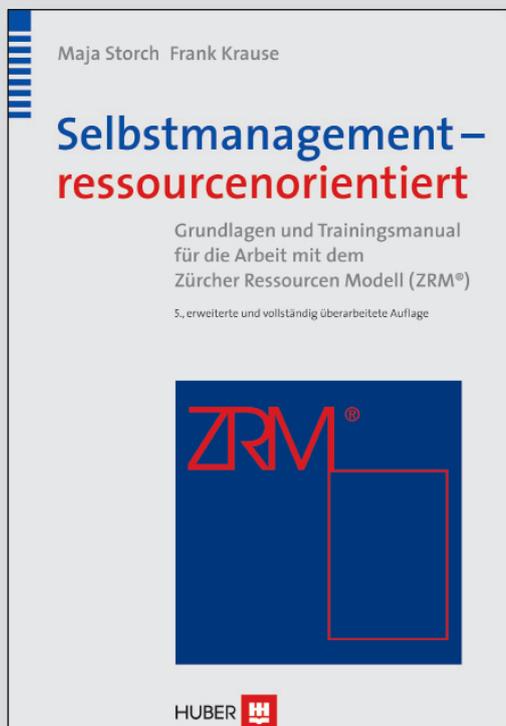


Das ZRM-Basisbuch - in der neuen Auflage!



Maja Storch / Frank Krause

Selbstmanagement – ressourcenorientiert

Theoretische Grundlagen und Trainingsmanual für die Arbeit mit dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM)

5., erw. und vollst. überarb. Aufl. 2014.
400 Seiten, 38 farbige Abbildungen
1 farbige Tabelle, kartoniert
€ 39.95 / CHF 53.90
ISBN 978-3-456-85440-3

Konsequent an persönlichen Ressourcen orientiert, kann Selbstmanagement ausgesprochen lustvoll sein. Das Zürcher Ressourcen Modell (ZRM) ist eine vielfach erprobte Methode zur gezielten Entwicklung von Handlungspotenzialen. An Grundlagen interessierte Fachleute und Laien finden im einleitenden Theorieteil eine Fülle aktueller neurowissenschaftlicher und psychologischer Befunde zum Thema Persönlichkeitsentwicklung und Selbststeuerung. Sie bilden das Fundament für das ZRM-Training und gewährleisten ein systematisches und jederzeit begründetes Vorgehen. «Selbstkonsequenz», «Somatische Marker» oder «Rubikon-Prozess» benennen Themen, die auch für sich gelesen zu faszinieren vermögen.

Praktikerinnen und Praktikern bietet das Buch im Trainingsteil ein sorgfältig ausgearbeitetes und wissenschaftlich fundiertes Werkzeug für die erfolgreiche Durchführung von Trainingsseminaren. Der Trainingsablauf wird Schritt für Schritt beschrieben. Impulsreferate, Arbeitsmaterialien für die Trainingsteilnehmer sowie die Anweisungen für die Arbeit in Kleingruppen sind nachvollziehbar dokumentiert. Diese können als Kopiervorlagen benutzt werden und stehen in aktueller Version unter www.verlag-hanshuber.com/media/uploads/download/Arbeitsblaetter_Storch/ZRM-Arbeitsblaetter.pdf zum Download zur Verfügung. Die fünfte Auflage wurde von den Autoren komplett überarbeitet und ergänzt.

HUBER 

www.verlag-hanshuber.com

Bestellschein – Ja, ich bestelle aus dem Verlag Hans Huber

Ex. Maja Storch / Frank Krause: Selbstmanagement – ressourcenorientiert
€ 39.95 / CHF 53.90 ISBN 978-3-456-85440-3

Name* Vorname*

Straße / Nr.*

PLZ / Ort*

E-Mail* Tel.

Datum Unterschrift*

*Pflichtfelder

Preisänderungen vorbehalten

Zu beziehen über Ihre Buchhandlung:

in unserem Webshop unter www.verlag-hanshuber.com oder einsenden an:

Hogrefe & Huber,
Herbert-Quandt-Str. 4, 37081 Göttingen
Tel. 0551/999 50 950, Fax -955, E-Mail: distribution@hogrefe.de

Verlag Hans Huber, Hogrefe AG,
Länggass-Strasse 76, CH-3000 Bern 9
Tel. 031/300 45-00, Fax -91, E-Mail: vertrieb@hanshuber.com