

## Spielräume erkunden!

Fortbildung. Coaching. Moderation.

## Kreativ und lebendig lernen, leben, beraten

NEU: Ab sofort kann ich die Bildungsprämie und den Bremer Weiterbildungsscheck annehmen. D.h. Sie erhalten u.U. 50 % Ermäßigung der Fortbildungskosten!



## Fortbildungsreihe für Coaches & Beratende und Interessierte an Persönlichkeitsentwicklung

### Seminar 1

#### Nachhaltig stimmige Ziele mit dem Unbewussten erspüren und umsetzen! - das »Zürcher Ressourcen Modell« (ZRM)

19./20. März 2021

Ob beruflich oder privat: Sie wollen etwas verändern oder mit Schwung angehen, dann aber tun Sie es doch nicht? Denn: Veränderung ist gar nicht so einfach! Zumindest solange wie Ihr Unbewusstes nicht einverstanden ist mit den Anforderungen der Veränderung.

Das faszinierende und besonders wirksame dieser Methode ist das Einbeziehen des Unbewussten durch das Arbeiten mit Bildern und dem Körper (»somatische Marker«) und die Arbeit mit »Haltungszielen« (sog. »Motto-Ziele«).

Eine klare, freudvolle und höchst wirksame kreative Methode, die die neusten Erkenntnisse aus der Hirnforschung zu Lern- und Entwicklungsprozessen berücksichtigt und uns wirksamer begleiten lässt.

#### Inhalte:

In diesem Modul können Sie an einem berufl. oder privaten Herzenswunsch kreativ "arbeiten" und der Umsetzung so nah wie möglich kommen. Im Anschluss ist Zeit für Fragen & Reflektion in Bezug auf den Transfer in Ihren Alltag und/oder ihre Beratungspraxis.

### Seminar 2

#### Change Management - so klappt's! - Mit dem »Zürcher Ressourcen Modell« (ZRM) Wandlungsprozesse erfolgreich begleiten

28./29. Mai 2021

Viele Coaches begleiten Change-Prozesse in Unternehmen und Non-Profit-Organisationen mit ausgeklügelten Projektmanagementstrategien. Studien zeigen jedoch, dass ca. 70% der Change-Projekte scheitern. Denn Mitarbeitende tun sich oft und zu Recht schwer mit Wandel. Es gibt Widerstand, da Veränderungen als Verschlechterung wahrgenommen werden. Eine zentrale Frage ist daher: Wie sind die Beteiligten motiviert mitzugehen, wann und wie macht Wandel für sie Sinn? Diese Fortbildung gibt das Werkzeug an die Hand, wie Change-Prozesse so begleitet werden können, dass sowohl die MA als auch die Führungskräfte ihr Selbstwirksamkeits-erleben behalten können. Ich skizziere einen möglichen Ablauf eines Changeprozesses und Sie erproben an sich selbst die vier ZRM-Innovationen. Meine Erfahrungen aus Teambegleitungen gebe ich weiter und stehe für Transferfragen zur Verfügung.

#### Inhalte:

- Die ZRM-Zielpyramide
- Widerstandsarbeit mit der Affektbilanz
- Motivation freisetzen mit Motto-Zielen (für Teams)
- Situationstypen ABC für Herausforderungen

### Seminar 3

#### Die Erkenntnis braucht Hilfe, denn sie ändert noch kein Verhalten! Beraten mit »Psycho-Gyms« und hypno-systemischen Methoden

05./06. November 2021

"Ich weiß es schon längst und kriege es doch nicht umgesetzt, ich "Paddel"! So und ähnlich denken wir über uns, wenn wir kognitiv verstandene Dinge nicht ins Fühlen und Handeln umgesetzt bekommen. Die Selbstkritik macht es dann noch unangenehmer, wir kriegen Erwünschtes nicht hin und verurteilen uns dafür. Eine Abwärtsspirale beginnt. Berater\*innen machen es dann mit "schlauen" Ratschlägen evtl. noch schlimmer. Mit "PsychoGyms" nach M. Storch und hypno-systemischen Methoden nach G. Schmidt lernen und erproben wir anders vorzugehen: Es geht darum, die emotionalen Bedürfnisse zu entdecken, ihnen u.a. mit stärkenden Imaginationen Gestalt zu geben und mit statt gegen sich Veränderungen auf leichte und kreative Weise anzubahnen.

#### Inhalte:

in dieser Fortbildung lernen Sie die Grundlagen des hypno-systemischen Denkens als auch Forschungen über die Arbeit mit dem sog. Unbewussten nach M. Storch kennen. Sie haben die Chance, die Wirkung an sich selbst zu erleben und erproben die Methoden in Triaden. Für Beratende ist Raum für Transferfragen!

**Nadja Plothe**, Dipl.-Politologin,  
systemische Coach (DCV),  
ZRM-Trainerin (ISMZ),  
Coach for the work (vtw)

#### Ort:

Seminar-Etage im Hollerhaus, 3. Etage,  
Hollerstraße 14, zentral in Bremen

**Zeiten:** jeweils Fr und Sa 9:30-17:00 Uhr

#### **Fortbildungskosten:**

350 Euro pro Modul.  
Teilnahme an einzelnen oder mehreren  
Seminaren möglich.

(Je 10% Frühbucherrabatt pro Modul bei  
Anmeldung 2 Monate vorher. Evtl. Er-  
mäßigung über Bildungsprämie oder  
Bremer Weiterbildungsscheck möglich!  
[www.nadja-plothe.de/zuschuesse.html](http://www.nadja-plothe.de/zuschuesse.html)

#### **Anmeldeschluss:**

jeweils zwei Wochen vor dem Seminar

#### **Gruppengröße:** 8-10 Teilnehmende

Telefon 0421 - 223 81 86  
[info@nadja-plothe.de](mailto:info@nadja-plothe.de)  
[www.nadja-plothe.de](http://www.nadja-plothe.de)

# Nadja Plothe

## Spielräume erkunden!

Fortbildung. Coaching. Moderation.

### Nadja Plothe

Mathildenstraße 79  
28203 Bremen



## Anmeldung

### Kreativ und lebendig lernen, leben, beraten!

Hiermit melde ich mich verbindlich zur Fortbildungsreihe an.

Ich möchte an folgenden Terminen teilnehmen:

- Seminar 1 - Das »Zürcher Ressourcen Modell« (ZRM) - 19./20. März 2021
- Seminar 2 - Change-Management - so klappt's mit ZRM! - 28./29. Mai 2021
- Seminar 3 - »PsychoGyms & hypno-systemische Methoden« - 05./06. Nov 2021

Vor- und Nachnahme:

Adresse/ Rechnungsanschrift:

Telefon:

Mobil:

E-Mail:

Nach der schriftlichen Anmeldung erhalte ich eine Bestätigung und später die Rechnung und überweise die Teilnahmegebühr für das Modul/ für die gesamte Reihe.

#### Teilnahmebedingungen:

**Anmeldung, Bestätigung und Zahlung:** Ihre Anmeldung wird entsprechend dem schriftlichen Eingang berücksichtigt und ist verbindlich. (Per Post oder als PDF Datei per Mail.) Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie zeitnah eine Anmeldebestätigung sowie die Rechnung per Mail. (ca. 4 Wochen vor Beginn des Moduls/ der Reihe), die Sie oder ihr Arbeitgeber dann bitte zeitnah und auf jeden Fall vor Beginn überweisen.

**Rücktritt:** Ein Rücktritt muss schriftlich erfolgen. Ich berechne eine Bearbeitungsgebühr von 50 Euro, den Rest der Anmeldegebühr erhalten Sie zurück, bzw. ich stelle die 50 Euro in Rechnung, falls Sie noch nicht bezahlt hatten. Bei einer Stornierung bis 4 Wochen vor Fortbildungsbeginn wird das halbe Teilnahmeentgelt fällig. Bei Absagen ab 2 Wochen vor Fortbildungsbeginn wird das volle Teilnahmeentgelt fällig. Es ist evtl. eine Vertretung der angemeldeten Person möglich.

**Veranstaltungsausfall und Änderungen:** Für das Zustandekommen der Fortbildungsreihe ist eine Mindestanzahl von 6 Teilnehmenden erforderlich. Sollte diese nicht erreicht werden, behalte ich mir vor, die Fortbildungsreihe abzusagen. In diesem Fall erfolgt die volle Rückerstattung des Teilnahmeentgelts. Bitte haben Sie dafür Verständnis. Weitergehende Ansprüche an mich als Veranstalterin bestehen nicht.

Die Teilnahmebedingungen habe ich zur Kenntnis genommen und bin mit ihnen einverstanden.

Datum, Ort

Unterschrift

**Nadja Plothe**, Dipl.-Politologin,  
zert. systemische Coach (DCV),  
zert. ZRM-Trainerin (ISMZ),  
zert. Coach for the work (vtw)

#### Ort:

Seminar-Etage im Hollerhaus,  
Hollerstraße 14, 3. Etage,  
zentral im Bremer "Viertel"

#### Zeiten:

jeweils Freitag und Samstag  
9:30-17:00 Uhr

#### Fortbildungskosten:

350 Euro pro Modul  
Teilnahme an einzelnen oder mehreren Seminaren möglich.  
(Je 10% Frühbucherrabatt pro Modul bei Anmeldung 2 Monate vorher!)  
Evtl. ist eine Ermäßigung von 50% durch die Bildungsprämie oder den Bremer Weiterbildungsscheck möglich!  
Infos auf meiner Website!

#### Anmeldeschluss:

jeweils zwei Wochen vor dem Seminar

#### Gruppengröße:

6-10 Teilnehmende (wg Corona  
kleine Gruppe mit genug Abstand!)

Telefon 0421 - 223 81 86  
info@nadja-plothe.de  
www.nadja-plothe.de