



# Coaching nach ZRM®

## Halt geben -Halt bekommen

Das Zürcher Ressourcen Modell ist ein Selbstmanagement-Training, das von den Psychologen Maja Storch und Frank Krause an der Universität Zürich entwickelt wurde. Es unterstützt Menschen dabei, in schwierigen Situationen innere Ressourcen zu aktivieren und aus einer gewünschten Haltung heraus so zu handeln, wie sie handeln wollen. Das ZRM-Coaching unterstützt, wenn wir uns im Kreis drehen und nicht im Stande sind, eine erwünschte Veränderung in Gang zu setzen. Denn unbewusste Bedürfnisse steuern unser Denken, Wollen und Handeln mehr als bewusste Motive. Erleben wir Widersprüche in uns selbst, lassen sich Gefühle wie Unsicherheit, Reizbarkeit oder Ängstlichkeit nicht zuverlässig in Schach halten, was sich unmittelbar auch auf unseren Hund überträgt. Werden Sie ruhiger, wird es auch Ihr Hund, werden Sie sicherer, strahlt auch Ihr Hund mehr Sicherheit aus.

Im ZRM-Coaching benutzen wir die Sprache, die das Unbewusste versteht. „Was brauchst du denn, um dich so zu verhalten, wie es für dich und deinen Hund am besten wäre?“ Auf solche und andere Fragen finden wir im Coaching Antworten, die es benötigt, um die Verstandeseinsichten aus dem Hundetraining zu unterstützen.

Es ist die Aufgabe von Hundetrainer:innen, den Menschen die differenzierte Kommunikation des Hundes verständlich zu machen und sie zu lehren, den Hund zu trainieren. Das ZRM®-Coaching wiederum stärkt das Selbstbewusstsein des Menschen und fördert die Souveränität. Wer Ruhe ausstrahlt, vermittelt seinem Hund Sicherheit, und das schweißt ein Mensch-Hund-Team zusammen. Das Zusammenspiel von Hundetraining und ZRM-Coaching ermöglicht es Menschen, nicht nur den Hund zu verstehen, sondern auch sich selbst.

**Wollen Sie eine neue Richtung im Hundetraining einschlagen? Eine Richtung, die Sie und Ihren Hund weiterbringt und Ihnen beiden guttut? Dann ist das ZRM-Coaching eine wirkungsvolle Ergänzung zum Hundetraining. Sie lernen, nicht nur Ihren Hund zu verstehen, sondern auch sich selbst.**

**Ein komplettes ZRM®-Coaching umfasst rund acht Stunden, verteilt auf fünf Sitzungen. Kosten pro Sitzung / Doppelstunde 95 Euro bei Jacqueline Wyss, zertifizierte ZRM®-Coach.**

**Das Coaching findet live oder online statt und kann bei Eva Schönhage unter der Nummer 0171-1945331 oder unter [info@hundeforscherin.de](mailto:info@hundeforscherin.de) gebucht werden.**