

Titel:	ZRM® & Lerncoaching
Kurzbeschreibung:	anerkannter ZRM®-Grundkurs und Anwendung von ZRM® im Lerncoaching
Kursnummer:	ZRM&LC-2019-NRW01
Abschluss:	Teilnehmerbescheinigungen, durch das ISMZ (Institut für Selbstmanagement und Motivation, Zürich) anerkannter ZRM®-Grundkurs.
Voraussetzungen:	Coaching- oder Lerncoaching-Ausbildung, mehrjährige Berufserfahrung, Erfahrung in der Beratung / Lernbegleitung oder ähnliche Qualifikationen

Das Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) ist ein theoretisches Modell und eine praktische Anleitung zum Selbstmanagement. Es ist eine vielfach erprobte und wissenschaftlich fundierte Methode zur gezielten Entwicklung von Handlungspotenzialen.



Lerncoaching unterstützt Lehrpersonen darin, SchülerInnen individuell zu fördern. Dabei versteht es sich als Hilfe zur Selbsthilfe. Der Lerncoach geht auf das subjektive Erleben des Lernenden ein und ermittelt im Dialog mit ihm dessen Anliegen. Mittels Lerncoaching können Lernblockaden gelöst und die Motivation gestärkt werden.

Für die Arbeit im Lerncoaching gilt: Die Ressourcen und Lösungen liegen in dem/der Schüler/in und werden von ihm/ihr selbst entwickelt. Das ZRM fokussiert ebenfalls konsequent auf Ressourcen und Lösungspotentiale des Individuums und liefert eine große Methodenvielfalt für die Arbeit im Lerncoaching. Die ZRM-Methode kann darüber hinaus als Klassencoaching durchgeführt werden.

Der Lehrer trägt sowohl bei der Arbeit mit dem ZRM als auch im Lerncoaching Prozessverantwortung und begleitet Schüler auf ihrem Lern- und Erkenntnisweg.

In diesem Seminar erhalten Sie die Möglichkeit, Ihr ressourcenorientiertes Wahrnehmen, Denken und Handeln zu professionalisieren. Sie lernen, Schülerinnen und Schülern bei Klärungsprozessen zu begleiten. Sie erfahren, wie man Ziele entwickelt, die von der Gesamtpersönlichkeit getragen werden und eine echte Willensbildung ermöglichen. Erleben und erlernen Sie eine lebendige Verfahrensweise des Selbstmanagements und dessen Anwendung in der Lernbegleitung.

Modul 1:

ZRM®-Grundkurs (durchgeführt durch einen zertifizierten ZRM®-Trainer)

In diesem Kurs erhalten die Teilnehmer einen kompletten ZRM-Grundkurs. Die Inhalte des ZRM-Grundkurses finden sich zum größten Teil im ersten Modul. Dieses beinhaltet:

- Einführung in das ZRM® und in den Rubikon-Prozess
- Arbeit mit zwei psychischen Systemen: Verstand, emotionales Erfahrungsgedächtnis
- visuelle Analogskalen: Affektbilanz
- Zieltypen und Mottozielarbeit, motivationale und systemische Zieloptimierung
- Aufbau eines individuellen Ressourcenpools, Ressourcentypen
- Nutzung von Erinnerungshilfen (Zielauslöser, Priming)
- Embodiment (Miko- und Makro-Movement)
- Einbindung von sozialen Ressourcen
- Eingehen auf unterschiedliche Situationstypen (ABC-Situationen)
- Vorläufersignale erkennen und nutzen
- Umgang mit unerwünschten Automatismen

In diesem Modul werden die Methoden im Rahmen eines psychoedukativen Verfahrens erlernt und selbst erfahren. Es können eigene Anlässe in der Rolle als Lerncoach, Lernbegleiter, Beratungslehrer oder Fachlehrer bearbeitet werden. Auch eignet sich dieses Modul dazu, die eigene Resilienzfähigkeit in Stresssituationen zu verbessern.

Modul 2:

In diesem Modul erlernen Sie das Rubikon-Modell als Phasenmodell der Motivation genauer kennen. Als „diagnostisches Instrument“ ermöglicht es, einzelne Methoden des ZRM passgenau zum motivationalen Zustand des Lernenden anzuwenden. Dabei wird auf den Einsatz der ZRM-Techniken im Lerncoaching sowohl im Rahmen von Einzelgesprächen als auch als im Rahmen von Gruppen- oder Klassencoachings eingegangen. Darüber hinaus lernen Sie weitere ZRM®-Methoden für den Einsatz in der Lernbegleitung kennen. Inhalte dieses Moduls sind z. B.:

- Abschluss ZRM-Grundkurs und Reflektion
- Erweiterung des Ressourcenpools
- „Rubikondiagnostik“ - Wo steckt der Schüler fest?
- Rubikon-Coaching – Schüleräußerungen als Indikatoren erkennen und Methoden anwenden
- Worte, Bilder, Körper (Informationscodes nach Bucci)
- Affektsteuerung – Selbstregulationskompetenz fördern
- Wunschelementetechnik – schnelle Hilfe im Klassenraum
- Wunderrad – Lösungsideen generieren
- Nutzung von ZRM-Methoden im Lerncoaching  
(ABC-Lernsituationen – Aufmerksamkeit auf positive Lernerfahrungen lenken, Lernthermometer – Selbstcoaching mit B-Situationen, Lernnuggets – Achtsamkeit für erfolgreiche Lernerfahrung, Quick-Priming – Kreativtechnik zum Einsatz von Primes)
- generative Embodiment-Arbeit – Körperintelligenz nutzen
- ZRM®-Techniken im Klassencoaching und Einbau von ZRM Elementen in den Unterricht