



Seminarwahl
Wintersemester 2020/21
Selbst- und Fremderfahrungsseminar
Online-Seminarwoche: 26. – 30. Oktober 2020

- **Anmeldeformular**
- **Einverständniserklärung zum Datenschutz**
- **Infos**

Bitte schicken Sie das ausgefüllte und unterschriebene Formular **bis zum 09.10.2020** per **Briefpost** an folgende Adresse:

Hochschule Niederrhein
Fachbereich Sozialwesen
- **Selbsterfahrung** -
Richard-Wagner-Str. 101
41065 Mönchengladbach

Ein Verschicken des ausgefüllten Bogens per **eMail** ist aus datenschutzrechtlichen Gründen nicht möglich.

Ein **Abgeben** des ausgefüllten Bogens im Fachbereich ist nicht möglich, da die Hochschule voraussichtlich bis auf weiteres für den Publikumsverkehr geschlossen bleibt.

Ansprechpartner
bei Fragen zur Anmeldung

Albert Verleysdonk // albert.verleysdonk@hs-niederrhein.de

Anmeldeformular

Bitte NUR DIESES BLATT per Briefpost verschicken!

Name, Vorname: _____

Matr.-Nr.: _____

Hochschul-E-Mail-Adresse: _____

Telefon: (Pflichtangabe): _____

Studiengang: BA Soziale Arbeit BA Kulturpädagogik MA PBM

Semester: _____ Vollzeit Teilzeit Dual

Seminarwahl: Bitte kreuzen Sie Ihren Erst-, Zweit und Drittwunsch an!

Gruppe	DozentIn	Mail	1. Wahl	2. Wahl	3. Wahl
Gruppe 1	Borg-Laufs	michael.borg-laufs@hs-niederrhein.de			
Gruppe 2	Brückner	burkhart.brueckner@hs-niederrhein.de			
Gruppe 3	Reitz	kristina.reitz@hs-niederrhein.de			
Gruppe 4	Schubert, I.	iris.schubert@hs-niederrhein.de			
Gruppe 5	Wälte	dieter.waelte@hs-niederrhein.de			
Gruppe 6	Kästele	gxxgina@web.de			
Gruppe 7	Micheel	claudia.micheel@yahoo.de			
Gruppe 8	Muthmann	mmuthmann@gmx.de			
Gruppe 9	Prell	u@prell.coach			
Gruppe 10	Rottbeck	praxis-fuer-loesungen@posteo.de			
Gruppe 11	Schubert, F.	fc.schubert@t-online.de			

Informationen zum Datenschutz:

Alle Daten werden nur zum Zwecke und für die Dauer der Vorbereitung und Durchführung des Selbsterfahrungsseminars im Wintersemester 2020/21 gespeichert und verarbeitet.

Einverständniserklärung zum Datenschutz

Hiermit erkläre ich mein Einverständnis mit der Speicherung und Verarbeitung meiner Daten zum Zwecke und für die Dauer der Vorbereitung und Durchführung des Selbsterfahrungsseminars im Wintersemester 2020/21.

(Datum, Unterschrift)

Info-Blätter (Seiten 3 bis 10)

Zu Ihrer Information! **Bitte NICHT mitschicken!**

Wichtiger Hinweis:

Voraussetzung für die Teilnahme ist eine **normale psychische Belastbarkeit**.

Wer sich aktuell in einer **Beratung / Therapie** befindet, setzt sich bitte auf jeden Fall rechtzeitig vor Beginn des Trainings mit dem Dozenten / der Dozentin des zugewiesenen Seminars in Verbindung oder **kontaktiert bereits jetzt** während des Wahlverfahrens **Prof. Dr. Wälte**.

Auswahlbogen verschicken:

Schicken Sie den **Auswahlbogen** (nur Seite 2) bitte bis zum **09.10.2020** ausgefüllt per **Briefpost** an folgende Adresse:

Hochschule Niederrhein
Fachbereich Sozialwesen
- **Selbsterfahrung** -
Richard-Wagner-Str. 101
41065 Mönchengladbach

Ein Verschicken des ausgefüllten Bogens per eMail ist aus datenschutzrechtlichen Gründen nicht möglich. Ein Abgeben des ausgefüllten Bogens im Fachbereich ist nicht möglich, da die Hochschule voraussichtlich bis auf weiteres für den Publikumsverkehr geschlossen bleibt.

Zeitraum des Wahlverfahrens:

28.09.2020 – 09.10.2020

Aushang der Teilnehmerlisten:

Die Teilnehmerlisten/Gruppeneinteilungen werden am Mittwoch, den **14.10.2020** auf der Homepage des Fachbereiches veröffentlicht. Bei „**Überbuchung**“ einzelner Gruppen erfolgt die Zuteilung **per Losverfahren**.

Allgemeine Infos:

Kommunikationsmittel:

Für die Teilnahme am Online-Seminar benötigen Sie eine stabile Internetverbindung mit einem Notebook, Tablet oder PC (kein Smartphone). Ihr verwendetes Gerät muss ein aktuelles Betriebssystem, eine funktionierende Kamera, ein Mikrofon und einen Lautsprecher (bzw. Kopfhörerausgang) besitzen. Bitte installieren Sie Google-Chrome als Internet-Browser. Während der Arbeitszeiten sollten Sie Kamera, Mikrofon und Lautsprecher Ihres Geräts eingeschaltet haben und als Person am Arbeitsplatz für Dozenten und andere Teilnehmer sichtbar und ansprechbar sein. Darüber hinaus benötigen Sie während der Seminarzeiten einen Arbeitsraum, in dem Sie während der Arbeitszeiten ungestört und unbeobachtet sind.

Beginn und Arbeitszeiten:

Das Online-Seminar beginnt am Montag, den 26. Oktober 2020 – voraussichtlich um ca. 10.00 Uhr. Sie werden voraussichtlich bereits in der Woche vorher eine Mail mit (19.-25.10.) Informationen von Ihren DozentInnen erhalten. Bitte sorgen Sie dafür, dass Sie diese Mail erreicht. Am 26. Oktober erhalten Sie rechtzeitig von Ihren Dozenten genaue Informationen per Mail zum Zugang zum Webinar. Falls Sie keine Mail erhalten haben oder technische Schwierigkeiten auftreten, kontaktieren Sie bitte sofort Ihre Dozenten per E-Mail oder Telefon. Die weiteren Arbeitszeiten und Pausenzeiten werden mit Ihren Dozenten abgestimmt. Das Online-Seminar endet am Freitag, den 30. Oktober 2020 – voraussichtlich um 12.30 Uhr.

Empfehlung:

Bitte testen Sie rechtzeitig vor Beginn der Veranstaltung ihr technisches Equipment. Bitte sorgen Sie für eine stabile Internetverbindung und die Einsatzbereitschaft von Kamera und Mikrofon. Zu empfehlen sind eine angemessene Kleidung und Verpflegung am Arbeitsplatz. Mit der Teilnahme stimmen Sie den hier im Abschnitt „Allgemeine Infos“ genannten Teilnahmevoraussetzungen zu.

Wir freuen uns auf Sie und unser Online-Seminar mit Ihnen!

Kommentare

Gruppe 1: Prof. Dr. Michael Borg-Laufs

Veränderungsorientierte Selbsterfahrung

Dieses Seminar ist überwiegend gegenwarts- und zukunftsorientiert. Nachdem wir uns in der Gruppe kennengelernt und zusammengefunden haben, werden wir uns zunächst mit der je eigenen Lebensgeschichte auseinandersetzen, bevor wir dann versuchen, über unsere individuellen Lebensziele in verschiedenen Lebensbereichen mehr Klarheit zu erlangen. Schließlich werden wir uns damit beschäftigen, auf welche Weise jede/r Einzelne schon jetzt seinen eigenen Lebenszielen näherkommen kann.

Im Paar-, Kleingruppen- und Großgruppensetting werden die Studierenden zu unterschiedlichen Übungen (Imaginationsübungen, Achtsamkeitsübungen, biographische Methoden, lösungs- und ressourcenorientierte Übungen, Übungen zur Wert- und Zielklärung) eingeladen, die den Selbstreflexionsprozess und die Entwicklung von Änderungsmotivation unterstützen.

Die studentischen Rückmeldungen zu dem Seminar aus den letzten Jahren belegen, dass die Studierenden sich sowohl während der ganzen Woche sehr wohl und gut aufgehoben gefühlt haben, als auch in hohem Maße von den inhaltlichen Angeboten persönlich profitieren konnten.

Gruppe 2: Prof. Dr. Burkhard Brückner

Ganzheitliche Selbsterfahrung als Biographiearbeit

Um im Team und in der Beziehung zu den Klienten professionell arbeiten zu können, ist es wichtig, die eigenen Fähigkeiten und Ressourcen sowie die eigenen biographischen Voraussetzungen und erworbenen Einstellungen zu kennen. In unserer Selbsterfahrungsgruppe werden die Teilnehmer als Personen sichtbar – für sich selbst und auch in den Augen der anderen. Die Zugänge zum Selbstbild, zur eigenen Lebensgeschichte und den Wünschen für die Zukunft werden in diesem Training spürbar und reflektierbar. Wir üben die Vergegenwärtigung der eigenen Herkunft und lebensgeschichtlichen Stationen unter anderem mit Mitteln des autobiographischen Schreibens, um die Gegenwart, etwa die Berufswahl, besser verstehen zu können. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollten deshalb Interesse am Schreiben und an der Erkundung des eigenen Lebenslaufs mitbringen.

Für die Teilnahme am Online-Seminar benötigen Sie eine stabile Internetverbindung mit einem Notebook, Tablet oder PC (kein Smartphone!). Bitte nutzen Sie als Browser Google Chrome, damit funktioniert die Webinar-Software am besten. Ihr Gerät sollte eine funktionierende Kamera, ein Mikrofon und einen Lautsprecher (bzw. Kopfhörerausgang) besitzen. Darüber hinaus benötigen Sie einen Arbeitsraum, in dem Sie während der Arbeitszeiten ungestört sind.

Gruppe 3: Prof. Dr. Kristina Reitz

Selbst- und Fremderfahrung

Wir werden uns in dieser Woche damit beschäftigen, wie wir mit uns selbst und anderen in Kontakt kommen. Was brauchen wir, um mit uns selbst und anderen in guter Weise „online“ (= verbunden) zu sein?

Dabei stehen die eigenen Ressourcen, Potentiale und Grenzen sowie deren Wirkung in Bezug auf uns selbst und andere im Mittelpunkt. Eigene Bedürfnisse, Wünsche und auch Fragen im Hinblick auf die persönliche und berufliche Entwicklung werden aus einer wertschätzenden Perspektive betrachtet. Wir werden einen freundlichen Blick auf unsere wertvollen „Kontakt-Erfahrungen“ aus der Vergangenheit werfen und dann schauen, was uns aktuell im Kontakt mit uns selbst und anderen gut gelingt und gut tut. Vielleicht lässt sich das eine oder andere auch zukünftig im Beruf als Ressource nutzen.

Zum Einsatz kommen Wahrnehmungsübungen, kreative Methoden, systemisches Denken und Methoden zur Ziel- und Entscheidungsfindung im Einzel-, Paar oder Gruppensetting.

Weiter Infos zu den benötigten Materialien erfolgen vorab per Mail.

Die Blockwoche findet aufgrund der Beschränkungen wegen Covid19 über Videokonferenz statt. Eine entsprechende Einladung erhalten Sie rechtzeitig per Mail. Für die gesamte Arbeitszeit wird eine stabile Internetverbindung an einen PC, Notebook oder Tablet (kein Smartphone) mit funktionierender Kamera und funktionstüchtigem Mikrofon benötigt.

Bitte stellen Sie sich darauf ein, dass Sie über die gesamte Arbeitszeit Kamera und Mikrofon eingeschaltet haben können. Und zum Schluss: Bitte sorgen Sie dafür, dass Sie während der gesamten Arbeitszeit ungestört arbeiten können.

Gruppe 4: Dr. Iris Schubert

Den störungsorientierten Blick erweitern – systemische Selbst- und Fremderfahrung, Fokus: Umgang mit Stress

Gesundheit und Wohlbefinden sind (nicht nur) für Sozialarbeiter*innen grundlegende Ressourcen. Ihren Nutzen und Einsatz werden wir im Seminar analysieren. Hierzu gehört auch der Umgang mit Stress. Themen sind u.a.

- Was ist Stress, was sind Stressoren?
- Was tun bei Stress?
- Glaubenssätze, Ressourcenanalyse
- Übungen aus Gesundheitsprogrammen (u.a. Consent8, PMR, Zapchen und KID (Kraft in der Dehnung)).

Was sollten TN* mitbringen? Neugier, Humor, Offenheit für Neues, Reflexionsfähigkeit

Gruppe 5: Prof. Dr. Dieter Wälte

Selbst- und Fremderfahrung

Professionelles Handeln in Arbeitsfeldern des Sozialwesens basiert auf einer reflektierten Beziehungsgestaltung. Dazu ist die Beschreibung und Analyse der Besonderheiten eigener und fremder Erlebnis- und Verhaltensbereitschaften eine unverzichtbare methodische Voraussetzung. Das dafür notwendige Rüstzeug soll in diesem Übungsseminar durch Techniken der Selbst- und Fremdeinschätzung, des Selbstmanagements und der Gruppenarbeit kennengelernt, erprobt und für den Berufsalltag aufbereitet werden.

Da wegen der Corona-Pandemie das Seminar als Webinar stattfindet, werden die eingesetzten Methoden und Techniken auf diese Situation abgestellt. Wir können zwar über Video und Audio kommunizieren, jedoch fehlt das wichtige Element der tatsächlichen Präsenz. Darauf soll in diesem Webinar sensibel Rücksicht genommen werden.

Das Folgende empfinde ich als Gruppenleiter besonders wichtig: Es freut mich, wenn Menschen sich nach ihrem eigenen Tempo öffnen. Dabei ist es mir ein besonderes Anliegen, den Selbstschutz eines jeden Teilnehmers zu beachten, insbesondere auch dann, wenn biographische Themen angesprochen werden. Dafür habe ich ein transparentes methodisch und didaktisch nachvollziehbares Selbsterfahrungskonzept entwickelt, das so aufgebaut ist, dass sich die Teilnehmer empathisch, wertschätzend, sensibel und unterstützend einbringen können.

Ich möchte, dass jeder Teilnehmer wachsen kann und gestärkt aus der Gruppe herausgehen kann, indem er seine eigene Persönlichkeit weiterentwickelt hat und für seine eigene Psychohygiene sorgen kann.

Gruppe 6: Prof. Dr. Gina Kästele

Selbst- und Fremderfahrung

Im Rahmen der Selbsterfahrungswoche werden Sie angeregt, sich selbst und anderen in vielfältigen Übungen zu erleben. Das Seminar ist so aufgebaut, dass Sie zunächst einen theoretischen Input zu ausgewählten Themen erhalten, die dann in der Selbstarbeit (alleine), in der Interaktion mit anderen und in der Gruppe bearbeitet werden. Die Inhalte der Selbsterfahrung sind nach Themenblöcken geordnet.

1. Tag: Biografiearbeit: Begegnung mit der persönlichen Lebensgeschichte
2. Tag: Ressourcen sind Schätze: Anerkennen der persönlichen Stärken
3. Tag: Kennenlernen der Arbeit mit Imaginationen in Theorie und Praxis. Fokus: Stärkung im Inneren Bild und die Begegnung mit dem ‚Inneren Kind‘
4. Tag: die ‚Macht‘ unserer Gedanken: Einüben positiver Selbstdialoge und Aufbau positiver Selbstgespräche
5. kurze Einführung in die Positive Psychologie und Ausklang (‘Take-away-messages’: ‘-Nutzen der Selbsterfahrungswoche persönlich und beruflich

Gruppe 7: Claudia Micheel

Selbst- und Fremderfahrung 2.0

Nicht umsonst ist das Seminar „Selbst- und Fremderfahrung“ ein „Kernstück“ in der Ausbildung an der HSNR und zulassungsrelevant. Und in diesem Wintersemester kommt es erneut im „digitalen Gewand“ daher und dieses Seminar im August erstmals digital durchzuführen, kam dem Betreten von „Neuland“ gleich. Der erfolgreiche Durchlauf hat dieses Gefühl aber schon verändert und wir gehen, um viele positive Erfahrungen und Lernerfolge reicher, in diese zweite Runde. Wir sind froh, wenigsten auf diese Weise, in Zeiten von Corona, einen „Begegnungsraum“ gefunden zu haben, in dem wir „fremd- und selbsterfahrend“ arbeiten können.

Wie wirkt sich die (digitale) Reduktion unserer Wahrnehmungsmöglichkeiten aus? Was erleben wir mit uns, wenn wir um liebgewonnene Selbstverständlichkeiten/eingeübte Rollen und Muster gebracht werden? Wie gehe ich unter diesen Einschränkungen in bzw. bleibe ich im Kontakt? Wie werde ich mich darstellen, wie werde ich wahrgenommen?

Uns in dieser Woche mit unserem „Selbst“ zu beschäftigen, als wichtigstes Werkzeug für unsere spätere Arbeit, führt uns auch entlang der Fragen: Was in meinem Leben hat mich zu diesem Studium/dieser Berufswahl geführt? Welche Ressourcen/Stärken befähigen mich besonders, meine angestrebte Tätigkeit zu meiner Zufriedenheit und im Interesse meines Klientel (Stichworte: Reflexionsbereitschaft und –vermögen) auszuüben? Was habe ich bereits an Fähigkeiten zur Verfügung und was würde ich gerne noch (weiter-)entwickeln?

Mit kreativen, systemischen und digitalen Methoden und Mitteln wollen wir uns diesen Fragestellungen ressourcenorientiert, aber auch mit Spaß und Humor, nähern.

Ähnlich wie in den „Live-Seminaren“ wird es Aufgaben zur persönlichen Bearbeitung geben und unterschiedlich große Settings um in den Austausch zu kommen. Es wäre, und dies schon einmal vorweggeschickt, außerordentlich nützlich, in dieser Woche einen Platz zur Verfügung zu haben, an dem ungestört und unbehelligt (Datenschutz) gearbeitet werden kann.

Gruppe 8: Marion Muthmann

Selbst- und Fremderfahrung

In der Selbst- und Fremderfahrung sollen die TeilnehmerInnen dabei unterstützt werden, ihr eigenes Erleben und Verhalten im Kontakt zu sich selber (Wie schaue ich auf mich? Wie gehe ich mit mir um?) und im Kontakt zu anderen (Was nehmen andere an mir wahr? Was nehme ich bei anderen wahr und wie geht es mir damit?) zu erkunden. Im Fokus stehen dabei die Ressourcen jedes Einzelnen.

Im Besonderen soll auf die persönliche Entwicklungsgeschichte im Kontext Familie und die dort entwickelten Rollen, Zuschreibungen, Talente/Befähigungen und auch Einschränkungen fokussiert werden. Die Aspekte werden dann mit Blick auf die eigene Berufsrolle genauer untersucht: Was kann ich (besonders) gut? Wo sind meine Stärken? Was möchte ich weiterentwickeln, verändern ...?

Wir beschäftigen uns mit den im Laufe der persönlichen Geschichte entwickelten Glaubenssätzen und Sie prüfen, ob diese für Ihr Leben hier und heute noch so Bestand haben sollen. Darüber hinaus werden Sie an eigenen Erfahrungen untersuchen, wie oftmals das, was Ihnen lästig oder gar leidvoll erscheint, als BotschafterIn für Gesundheit und innere Balance verstanden und genutzt werden kann. Und welche Bedeutung die Grundbedürfnisse dabei spielen.

Wir arbeiten als Grossgruppe, in Kleingruppen oder Zweierkonstellationen. Jeder von Ihnen soll Möglichkeit haben, in einem persönlichen Gespräch mit mir eigene Themen, die auftauchen und beschäftigen, zu besprechen.

Vorab lasse ich Ihnen ein kleines Booklet zukommen, mit dem wir dann arbeiten werden.

Ich wünsche uns allen eine anregende und produktive Zeit und bin auf unser Miteinander gespannt.

Gruppe 9: Ulrike Prell

„Mein Weg ist mein Weg“

Das Leben - Abenteuer, Kampf oder Kunstwerk ...?

Jeder Mensch hat ein inneres Bild davon, wie das Leben aussieht und aussehen soll. Dieses Bild ist aber erst entstanden, gewachsen und zu dem geworden was es ist, durch einen stetigen Begleiter: die eigene Vergangenheit, auch Biographie genannt.

Im unsagbar großen Möglichkeitsraum, jetzt auch in der digitalen Welt, werden wir gemeinsam sehen was uns einst möglich war und was uns noch möglich ist.

In der Bildungs- und Erziehungsarbeit stellt die eigene Persönlichkeit ein zentrales Handwerkszeug dar. Es ist daher wichtig, sich selbst, seine Einstellungen und sein Verhalten vor dem Hintergrund der Biographie, des eigenen „Gewordenseins“ zu verstehen und sich eigene Erfahrungen, Normen und Werte bewusster zu machen. Die Beschäftigung mit der persönlichen Bildungs- und Erziehungsgeschichte kann dazu beitragen, die Erfahrungen, die die Identität geprägt haben und in das Handeln als Erwachsene/r und hier nicht zuletzt auch in das professionelle Handeln eingehen, transparent zu machen. Dabei können Ursprünge von Einstellungs- und Verhaltensmustern erkannt und in ihren Auswirkungen auf die (zukünftige) Arbeit näher betrachtet werden. Auch können Motive für das Ergreifen eines pädagogischen Berufs sowie persönliche Stärken, Kompetenzen und Entwicklungsbedarfe thematisiert und durchdacht werden. In dem Blockseminar via Zoom und Jitsi Meet wird mit Hilfe biographischer Selbstreflexion an allen diesen Themen gearbeitet. Erfahrungen werden durch rückschauendes Betrachten, Aktualisieren der Gefühle und Vergegenwärtigen der damaligen Lebenssituation wiederbelebt. Durch diese Bewusstwerdung werden Prozesse unbewusst in Gang gesetzt.

Klingt nach Magie, ist es aber nicht. Es ist einfach wunderbar, dass es die Möglichkeit gibt, diese Erfahrung schon jetzt machen zu dürfen.

Technische Voraussetzungen. Für das Online-Seminar, werden folgende Ausstattungen benötigt:

- Ein Computer mit Windows, macOS, Linux
- Das Gerät muss Ton erfassen können, entweder über ein integriertes oder ein externes Mikrofon, zum Beispiel ein Headset. Wenn Sie mit einem externen Mikrofon arbeiten wollen, benötigen Sie geeignete Kopfhörer. Besonders empfehlenswert sind hier geschlossene Kopfhörer, da diese verhindern, dass Rückkopplungen entstehen. Beachten Sie, dass eine gute Audioqualität wichtig für ein angenehmes Meeting ist. Wenn Sie häufig Videokonferenzen nutzen wollen, ist die Investition in eine hochwertige Mikrofonlösung sinnvoll.
- Eine Kamera ist notwendig. Hier können Sie mit der in Ihr Gerät integrierten Kamera oder mit externen Kameras wie Webcams oder hochwertigen Videokameras arbeiten. Für letztere benötigen Sie allerdings noch eine Hardware-Erweiterung für Ihren Computer, um die Signale der Videokamera aufzeichnen zu können (meist „Capture Device“ oder „Videointerface“ genannt).

Empfehlungen zu speziellen Kenntnissen und Bereitschaften:

Voraussetzung zur Teilnahme sind aktive Mitarbeit und Offenheit sowie selbstreflexive Arbeit. Bitte sorgen Sie dafür, dass Sie sich während der Arbeitszeiten in einen Raum zurückziehen und ungestört arbeiten können.

Arbeitsformen:

Kreative Methoden (Schreiben, Malen, Musik, Phantasiereisen, etc.), Selbstreflexive Übungen, Kurzvorträge, Einzel- und Partnerarbeiten, Gespräche in Dyaden, Triaden und im Plenum

Prüfungsleistungen bzw. Testat:

Aufgrund des Selbsterfahrungscharakters, für den ein stabiler Gruppenkontext benötigt wird, ist eine kontinuierliche Teilnahme durchgehend und an allen Tagen erforderlich.

Basisliteratur:

David Denborough (2017): Geschichten des Lebens neu gestalten. Grundlagen und Praxis der narrativen Therapie, Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co . KG

Gudjons, Herbert/ Wagener-Gudjons, Birgit/ Pieper, Marianne (2008): Auf meinen Spuren. Übungen zur Biografiearbeit, völlig neu bearb. und aktual. Aufl., Bad Heilbrunn: Klinkhardt

- ausführliche Vorstellung relevanter Literatur erfolgt im Seminar -

Gruppe 10: Rottbeck

Selbst- und Fremderfahrung

... Kommentar folgt

Gruppe 11: Prof. Dr. Franz-Christian Schubert

Selbst- und Fremderfahrung

Professionelles Handeln in psychosozialen Arbeitsfeldern basiert auf einer reflektierten Beziehungsgestaltung. Dazu ist nicht nur die Erfassung und Analyse der Erlebnis- und Verhaltensweisen der Zielpersonen/Klienten wichtig. Unverzichtbare Voraussetzung ist auch die Wahrnehmung der eigenen Er-lebnis- und Verhaltensmuster und der kognitiv-emotionalen Verarbeitung dieser Muster. Das beinhaltet Reflektion der eigenen Biographie, der persönlichen und familialen Ressourcen und Prägungen wie auch der eigenen Entwicklungsperspektiven.

Diese Reflexionsprozesse erfolgen in der Woche in Einzel- und Gruppenarbeit über Selbst- und Frem-deinschätzung, Biographiearbeit, Introspektion und emotional-kognitive Imagination. Zum Einsatz kommen dabei unter anderem Wahrnehmungsübungen, Rollenspiele, Interaktionsaufgaben, kreative Verfahren, Gruppen- und Selbstreflexion. Die Gruppe ist dabei ein hilfreiches Medium für Anstöße zur Selbstwahrnehmung wie auch für persönliche Entfaltung und Wachstum.