



Information zu Einzelselbsterfahrung

Die gesamte Zeit der Ausbildung in Existenzanalytischer Beratung (Logotherapie) soll kontinuierlich von Einzelgesprächen mit Lehrtherapeuten begleitet sein und dabei für einen maßgeblichen Zeitraum prozesshaft geführt werden. Die Einzelselbsterfahrung dient dem kritischen Reflektieren von Kursinhalten und Gruppenprozessen sowie der sich daraus ergebenden Anfragen an die eigene Person. Darüber hinaus bieten sich Einzelgespräche zur geschützten Bearbeitung persönlicher Inhalte an, die in der Großgruppe weniger gut aufgehoben wären.

Inhalte und Ziele der Einzelselbsterfahrung

- › Reflektieren der Ausbildungsinhalte in ihrer individuellen Bedeutung
- › Selbstwahrnehmung der eigenen Emotionalität und Verhaltensmuster
- › Erkennen von Spannungsfeldern und Problembereichen
- › Gewährwerden der eigenen Fähigkeiten und Grenzen
- › Erfahren von Personalität und Wertberührung
- › Verstehen eigener innerer Beweggründe
- › Auseinandersetzung mit dem biografischen Gewordensein
- › Herausarbeiten authentischer Stellungnahmen
- › Ausloten existenzieller Spielräume in der eigenen Lebensgestaltung
- › Einüben eines freien, eigenverantworteten, sorgsamem Umgangs mit sich selbst und mit der Welt, der auf kritischer Selbstdistanz und guter Selbstannahme beruht

Sich selbst erfahren ...

»Wenn wir nach unserer Selbsterfahrung fragen, wollen wir wissen, wie wir uns zur Welt öffnen, wie wir uns mit den Dingen und den anderen konfrontieren, wie wir dem anderen antworten, was wir mit uns selber machen. In der Selbsterfahrung lernen wir uns kennen, in dem wir den Umgang mit den Dingen unserer Welt und den Mitmenschen kennen lernen.« (Espinosa, Bulletin der GLE 1992)

Selbsterfahrung über Telefon und Online-Video

Vorzugsweise finden Einzelstunden im persönlichen Gegenüber in meiner Praxis statt. Während der aktuellen Coronavirus-Pandemie und dem daraus folgenden physischen Abstandsgebot, biete ich Einzelselbsterfahrung telefonisch und via Online-Videositzungen an.

Durch Fortbildungen am Institut für E-Beratung der Technischen Hochschule Nürnberg sowie an der FU Berlin bin ich für die besonderen Herausforderungen medienvermittelter Beratung sensibilisiert. Meine bisherigen Erfahrungen damit sind gerade in der begleitenden Selbsterfahrung sehr positiv – auch ohne unmittelbar körperliche Präsenz ist es möglich, sich in hoher personaler Dichte zu begegnen und existenziell Wesentliches im Dialog zu erfassen.

Zur Vorbereitung und Durchführung von Online-Videositzungen bitte ich, das gesonderte Informationsblatt zu beachten.

Terminvereinbarung für Einzelgespräche

Telefon (030) 58 88 07 08
E-Mail t.herzog@existenzanalyse.com

Dr. Thomas Herzog

Berliner Institut der Akademie für
Existenzanalyse und Logotherapie

Mitglied der Institutsleitung
Existenzanalytiker (GLE, AGHPT)
Lehrausbilder und Lehrtherapeut

Lietzenburger Straße 39
10789 Berlin

Dependance Halensee
Joachim-Friedrich-Straße 9
10711 Berlin

www.praxisherzog.de
www.existenzanalyse.com