



Einzel- Selbsterfahrung

Ich sehe die Selbsterfahrung als Persönlichkeitsentwicklung und als eine hervorragende Maßnahme, die ihr Denken, Fühlen, Verhalten und Handeln bedeutsam und nachhaltig beeinflusst. Selbsterfahrung als Weg zur Selbsterkenntnis bietet Ihnen die Möglichkeit mehr über sich und Ihre Beziehungsgestaltungen zu erfahren. So wissen Sie Ihre Ressourcen und Entwicklungspotentiale privat und beruflich besser zu nutzen und entsprechend einzusetzen.

Gruppen-Selbsterfahrung

In der Gruppen-Selbsterfahrung erhält jeder einzelne Teilnehmer nicht nur wertvolles Feedback über seine eigene Person von anderen Gruppenteilnehmern, sondern erlebt die Wirkung der vom Gruppenleiter angewandten Methoden (entsprechend seiner Fachrichtung), an sich selbst – eine unerlässliche Erfahrung für alle, die selbst einmal behandelnd tätig sein wollen.

In einer geschützten Atmosphäre wird die Erfahrung des Selbst, der inneren Prozesse, die uns bewegen, begleitet. Selbsterfahrung dient der persönlichen Weiterentwicklung. Voraussetzung ist die Bereitschaft sich mit sich selbst auseinandersetzen und sich auf einen Entwicklungsprozess einlassen zu wollen.

Unterstützend dabei ist für mich Humor, Leichtigkeit, die Freude an der Begegnung, aber auch Wertschätzung und Vertrauen in das Leben und in die individuellen Entwicklungsmöglichkeit von Menschen.

Erstgespräch

Selbsterfahrung ist ein Teil der Ausbildung in Sozial- und Gesundheitsberufen. Am Beginn steht ein ausführliches Erstgespräch über die persönliche Motivation und das Anliegen. Für mich ist es wichtig, dass Sie sich bei mir verstanden, akzeptiert und gut aufgehoben fühlen.

Dauer

Die Dauer der Selbsterfahrung hängt von Ihrem persönlichen Erkenntnisgewinn und Ihrer Selbstreflektion ab, das Erkannte und Erlernte in Ihren beruflichen und privaten Alltag zu integrieren.

Aus eigener Erfahrung weiß ich, dass diese Stunden auch leistbar sein sollen und deshalb biete ich sie Ihnen zu einem Sonder-Studentenpreis an.

Ich freue mich auf Sie!

Andrea Fritz, MSc

Tel. +43 (0)676 6320005

www.andrea-fritz.at