

Dr. Barbara Rogmans

Selbsterfahrung in einer nicht-therapeutischen Gruppe im Rahmen der Ausbildung

Sie selbst sind ihr wichtigstes Handwerkzeug im beruflichen Alltag.

Die Gruppenselbsterfahrung soll Ihnen ermöglichen, sich selbst und psychotherapeutisches Handwerkzeug besser kennenzulernen, die eigene Befindlichkeit, das eigene Denken, körperliche Erleben, Fühlen und Handeln sowie Ihre Ziele und Wertvorstellungen in einer Gruppe zu erleben und gemeinsam zu reflektieren. Es soll sie in Ihrer Introspektionsfähigkeit verbessern und stärken im Hinblick auf Ihre zu bewältigenden täglichen Herausforderungen.

Hierzu können Sie eigene Anliegen auf unterschiedliche Art bearbeiten. Die Perspektive zu wechseln und sich im Gruppenkontext selbst zu erleben, ermöglicht berufliche und private Entlastung und neue Sichtweisen für das eigene therapeutische Handeln. Hierbei geht es immer wieder um eine gute Balance zwischen sich einlassen und abgrenzen, Verständnis, Respekt und Selbstfürsorge

Ich arbeite methodenübergreifend, psychodynamisch, humorvoll und mit viel Leidenschaft und Herz für Entwicklung, auftrags- und lösungsorientiert. Elemente aus der systemischen Therapie und Hypnotherapie werden integriert.

Bearbeitet werden können im geschützten Raum private und berufliche Anliegen, aktuelle oder wiederkehrende Konflikte, Muster im Denken, Fühlen und Handeln, Schwierigkeiten aus dem beruflichen, privaten und auch biographischen Kontext.

Je mehr Sie sich und eigene Themen einbringen, desto mehr werden Sie profitieren.

Die Anliegen können bearbeitet werden als Einzelbearbeitung in der Gruppe oder auch durch ausschließliche Gruppenreflexion. Ich richte mich nach den Anliegen der Teilnehmer*innen.

Es ist mir wichtig, dass Sie verschiedene Interventionstechniken und Methoden kennenlernen, um sich zu orientieren, was für sie hilfreich ist und zu Ihnen passt. Hierbei nutze ich auch kreative Techniken (Visualisierung, Malen, psychodramatisches Spiel) und Aufstellungsarbeit mit Bodenankern, Schleichtieren, Gegenständen im Raum. Imaginationsübungen und Elemente aus dem Embodiment finden Anwendung.

Ich stelle mich Ihnen als ein mögliches therapeutisches Modell mit meiner langjährigen Erfahrung zur Orientierung zur Verfügung.

Die Gruppen finden in 2 Tage Blöcken mit insgesamt 20 UEH in meiner Praxis in Düsseldorf-Grafenberg statt (gute Verkehrsanbindung und Infrastruktur für die Mittagspause ist gegeben). Für das leibliche Wohl in den kleinen Pausen ist gesorgt.