Maik Sarnes

22. Juni 2022

Heike Wittrowski
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Akademie für Persönlichkeitsentwicklung
Bahnhofstraße 7
36037 Fulda

Referenz Akademie für Persönlichkeitsentwicklung – Weiterbildung Personenzentrierte Gesprächsführung nach Carl Rogers

Mein Name ist Maik Sarnes, ich bin 51 Jahre und lebe in der Umgebung von Fulda. Ich arbeite als Manager im Bereich Arbeits-, Umwelt- und Gesundheitsschutz in einem Industriekonzern sowie als freiberuflicher Psychologischer Berater.

Ich habe mich bereits seit meiner Studienzeit intensiv für Psychologie interessiert, bin dieser Leidenschaft jedoch lange Zeit nur im privaten Rahmen, durch Lesen von Fachbüchern oder Belletristik mit Handlungen über psychische Erkrankungen, nachgegangen.

Im Rahmen meiner 20-jährigen beruflichen Laufbahn als Sicherheitsingenieur habe immer wieder mit relevanten psychischen Belastungen und Erkrankungen in den Betrieben Kontakt gehabt, wie zum Beispiel Burn-out, Mobbing, Depressionen, Zwänge, Ängste sowie verschiedene stofflich und nicht-stoffliche Suchterkrankungen.

Ich gehe täglich persönlich mit Menschen im Betrieb um. Vom Mitarbeiter in der Produktion bis zum Vorstandsmitglied.

Dabei sind die drei Grundsäulen der Personenzentrierten Gesprächsführung – 1. Empathie, 2. Wertschätzung und 3. Kongruenz des Beraters/Therapeuten (Authentizität) – sehr hilfreich.

Psychische Belastungen am Arbeitsplatz haben in den letzten Jahrzehnten durch Arbeitsplatzverdichtung, steigende Komplexität am Arbeitsplatz, die Corona-Pandemie, die intensive Nutzung von Internet und Email signifikant zugenommen und führen zu langen Fehlzeiten in den Betrieben.

Um zusammen mit den Betriebsärztlichen Dienst rechtzeitig Frühwarnsignale bei Betroffenen zu erkennen, und als vertrauensvoller Ansprechpartner von den Kollegen und Kolleginnen wahrgenommen zu werden, darum geht es mir persönlich in der betrieblichen Gesundheitsschutz-Prävention.

Daher kam für mich die Ausbildung in Personenzentrierter Gesprächsführung an erster Stelle vor anderen Methoden. Bei Rogers steht der Mensch/Klient im Mittelpunkt der Lösung.

Der Berater/Therapeut ist aufmerksamer Zuhörer, Wegbegleiter, Spiegel, niemals bewertend und immer einfühlsam.

Denn leicht führen psychische Erkrankungen zu Stigmatisierungen im Betrieb oder bei Süchten zu Co-Abhängiger Unterstützung, die das Leid der Betroffenen verlängern.

Ich selber bin im Rahmen der Ausbildung mehr vom rationalen Verstandes-Mensch und Naturwissenschaftler hin zum Herzensmensch mit viel Intuition geworden, der besser aktiv zuhören kann und sich in die Perspektive des Gegenübers einfühlt. Ich bin auch ein ganzes Stück gelassener geworden und sehe vieles jetzt in Grautönen als zuvor in Schwarz-Weiß.

Natürlich hatte ich auch die Gelegenheit im Rahmen der Ausbildung an eigenen Themen der Persönlichkeit, die jeder Mensch hat, zu arbeiten und mich weiterzuentwickeln.

Heike Wittrowski ist mir bereits während meiner zweijährigen Ausbildung zum Heilpraktiker für Psychotherapie an der Deutschen Heilpraktikerschule in Fulda als Dozentin sehr positiv aufgefallen.

Ihre ausgeprägte empathische Art sich in die Rolle eines Klienten hineinzuversetzen, stets wertschätzend zu bleiben sowie der breite Erfahrungsschatz aus anonymen Fallbeispielen waren eine Bereicherung für mich. Ihr Unterricht war stets praxisnah, unkompliziert, flexibel und humorvoll.

Die übersichtliche Klassengröße von acht Teilnehmern empfand ich sehr angenehm. Der regelmäßige Wissensaustausch im Rahmen von Hausarbeiten mit den Mitschülern, die zahlreichen selbst durchgeführten Probandengespräche waren ein vertrauensvolles Geschenk für mich.

Nicht zuletzt haben wir in den zwei Jahren der Ausbildung, auch trotz Corona-Einschränkungen, viel gelacht, an unserer Authentizität gearbeitet und wenn mal eine Situation da war auch geweint.

Last but not least war die Zertifizierung von Heike Wittrowski in der Gesellschaft für Personenzentrierte Gesprächsführung (GWG) ein weiteres ausschlaggebendes Qualitätsmerkmal mich für die Ausbildung bei ihr zu entscheiden.

Zusammenfassend würde ich Ihnen Heike Wittrowski Ausbildung in Personenzentrierter Gesprächsführung unbedingt empfehlen.

Mit freundlichen Grüßen

Maik Sarnes

Maik Sarnes

*Ich habe der Veröffentlichung auf der Website der Akademie für Persönlichkeitsentwicklung, Fulda zugestimmt.