

## **reflexion danach**

### **Beitrag von „cleo“ vom 14. Mai 2003 19:49**

Hallo liebe Mitrefis und alle die es schon hinter sich haben,

kennt ihr das Gefühl nach einer Stunde in der man sich schon völlig ausgepauert hat und es zur Besprechung geht, man etwas unsicher der Dinge harrt, die da kommen? Und kennt ihr das Gefühl geistig noch total in der Stunde zu sein und noch nicht die notwendige Distanz gefunden zu haben zu reflektieren? Mir geht es immer so- vor allem gehöre ich zur selbtkritischen Fraktion und mach mich und meine Stunde selbst erst mal runter (clever, gell?).

Kann mir jemand Tipps geben, wie man sich da geschickter verhält? Wie schafft ihr die Gradwanderung zwischen Selbtkritik und Selbstbewusstsein?

Um Tipps wäre ich super-dankbar!!!

Liebe Grüße Cleo

<br>