

Erfolgreiche Gesundheitspraxis Eine Serie von Ilona Steinert

# Herzlichen Glückwunsch, bleib so wie du bist...

Vor einiger Zeit hatte ich Geburtstag und ich bekam etliche Karten mit dem Satz:

**Bleib so wie du bist.** Erst habe ich mir nichts weiter dabei gedacht, ein ganz bestimmt sehr gut gemeinter Satz. Etwas später fiel mir auf, dass ich einen ähnlichen Satz in einem anderen Zusammenhang schon öfter mal gehört hatte. **Alles soll so bleiben wie es ist, mehr möchte ich nicht.** Natürlich habe ich mich gefragt: Was lauert im Hintergrund dieses Satzes: Und weißt du was da lauert: Angst, eine ganz große Angst vor Veränderung.

Wenn ich meine Gesundheitspraxis ausweite, dann

- bekomme ich Schwierigkeiten mit dem Arbeitsamt.
- ärgert sich mein Mann, jetzt hält sich alles in „guten Grenzen“.
- bin ich keine gute Mutter mehr.
- müsste ich meinen sicheren Nebenjob aufgeben und ich habe doch so nette Kollegen.

Leider fallen die meisten durch die Angst vor Veränderung, gerne in Muster, die gehörig bremsen. Als wir im letzten Jahr mit der neuen Business Schule für Gesundheitspraktiker durchgestartet sind, haben wir hohe Reduzierungen für das Seminar „Erfolgskur für dein Business“ verlost, weil wir damit Gesundheitspraktikerinnen stark fördern wollten. Die Beteiligung an der Verlosung war leider sehr gering und den Trostpreis, eine Reduzierung von 290 Euro, müssen wir zweimal ziehen, dennoch wollte ihn niemand. Ich kann nur vermuten das beide Frauen, den Rest der Seminargebühr (inkl. 3 monatiger Nachbetreuung!) nicht investieren wollten und Engagement hatten sie auch nicht übrig.

Unter den Teilnehmerinnen war dann tatsächlich nur eine einzige Gesundheitspraktikerin, die anderen kamen aus anderen Richtungen. Sicher, es gibt Viele die in einer wirklich unglücklichen Lage sind und das Geld knapp ist. Aber wir wissen es alle:

Erst wenn wir keinen Zweifel zulassen, schaffen wir es. Selbst wenn eine Ausgabe im Moment unvernünftig erscheint, Hürden dafür überwunden werden müssen, kommt mit einem echten Entschluss das Geld irgendwie rein. Wir haben alle eine enorme Unterstützung vom Leben und unserer Seele. Eine der einfachsten Möglichkeiten, unser Leben anzuhalten, ist durchschnittlich zu leben, anstatt etwas weiter abseits unterwegs zu sein. Sicher in bekannten Gefilden unterwegs zu sein, nicht aus Bereichen auszubrechen, in denen du dich sicher fühlst. Es bedeutet, Dinge immer gleich zu machen, Veränderungen um jeden Preis zu vermeiden und Spontanität aus dem Leben zu verbannen. So langweilig, wie das klingt, ist es doch die Art von Leben, das die meisten Menschen führen.

Hallo Achtung: Sind wir Menschen wirklich fix, ist das Leben fix? Ganz und garnicht. Wir Menschen sind auf der Welt um zu TUN. Nicht um so zu bleiben, wie wir sind. Also, ich möchte morgen eine andere Frau sein, als gestern. Ich will lernen und wachsen. Für mich. Nicht weil ich etwas beweisen will.

Mit Herz, Fokus & Power  
Ilona Steinert

Der aktuelle neue Onlinekurs von Ilona Steinert

## Krisen managen in der Gesundheitspraxis: mit Herz und Verstand

Das ist ein ultrakompakter Kurs, mit dem du in minimaler Zeit maximale Ergebnisse mit deinen Klienten erzielen kannst. Der dir zeigt, wie du Menschen liebevoll darin unterstützt in einer Krise die Nerven zu behalten. Denn: Eine Krise zieht den Boden unter den Füßen weg, bringt das Leben aus dem Gleichgewicht und führt zu einem üblen Gefühlscocktail. Jobverlust, eine Trennung, eine ernsthafte Erkrankung oder vielleicht etwas ganz anderes. Krisen gibt es viele. Eine Krise ist immer schmerzhaft, sonst ist es keine Krise.

**Was kann deinen Klienten jetzt helfen?** Und was möglichst schnell? Eines ist klar: Die Kontrolle die sie noch vor kurzem kannten, gibt es jetzt nicht mehr. Sie gehen auf schwankendem Boden. Ihr bis-heriges Verhalten hilft ihnen nicht weiter. Es beruhigt nicht die Ängste, Sorgen oder die Selbstzweifel. Das bisherige Verhalten zaubert den Gefühlscocktail nicht einfach weg. Was deine Klienten jetzt brauchen sind neue Strategien. Neue Verhaltensweisen. Neue Ideen, die sie gut durch die Krise bringen. Das kannst du ihnen bieten!

**Was ist drin im Crash Kurs für Gesundheitspraktiker/innen?**

- Acht Lektionen nach denen du deine Sitzungen gestalten kannst.
- Methoden, mit denen du deine Klienten zuverlässig durch die Krise navigierst. So erfahren sie was sie tun können, um möglichst gut mit den Turbulenzen der schwierigen Zeit umzugehen.
- Techniken, mit denen sie lernen über den Tellerrand der Krise hinaus zu blicken. Sodass du sie während der Krise auch auf die Zeit danach vorbereitest.
- Arbeitsblätter, die du leicht und einfach in der Stunde anwenden kannst. Als PDFs zum Herunterladen, Speichern und Ausdrucken.
- Einen Krisen Plan, der ihnen Klarheit und Sicherheit verschafft.

**Was erleben deine Klienten, während du sie so in ihrer Krise unterstützt?**

- Wie sie selbst dafür sorgen können, entspannter und gelassener durch die Krise zu kommen.
- Sie lernen, dass die Krise sie nicht hilflos macht.
- Wie sie vom destruktiven Denken und Handeln zum konstruktiven kommen.
- Wie ihre Gefühle ihnen bei der Krisenbewältigung nicht im Wege stehen.
- Wie sie mit ganz konkreten Schritten auch im Alltag durch die Krise kommen.

Möchtest du mitmachen? Die Investition für diesen Kurs beträgt einmalig 59 Euro. Alle weiteren Infos unter <https://dgam-freiburg.de/online-kurse/>