



DIE
5
WICHTIGSTEN SCHRITTE
AUF DEM WEG
IN DEIN LEBEN
ALS COACH
ODER
HEILPRAKTIKER*IN FÜR
PSYCHOTHERAPIE!



Hi du Liebe,

ich liefere ja immer mehr als ich sage,
deswegen bekommst Du hier gleich 2 Listen
mit je 5 Schritten, die beide absolute
Gültigkeit haben!

LISTE 1:
DIE 5 WICHTIGSTEN
SCHRITTE

1. Selbsterfahrung
2. Selbsterfahrung
3. Selbsterfahrung
4. Selbsterfahrung
5. Eine fundierte Ausbildung

LISTE 2: DIE 5 WICHTIGSTEN SCHRITTE

1. Selbsterfahrung
2. Eine oder mehrere Methoden finden, die Dir selbst helfen
3. Stelle Deine Tätigkeit (Dein Haus) auf eine sichere Bodenplatte
4. Mach Dein Haus bewohnbar und belebe es
5. Gönn Dir Ruhe und achte auf Dich

1. SELBSTERFAHRUNG

Deine eigenen Themen, deine (Kindheits-)Traumen, deine „Baustellen“, wie ich das gerne nenne, was wir alle so mit uns herumtragen, müssen zu allererst

- entdeckt
- erkannt
- bearbeitet

sein, bevor Du andere Menschen begleitest, coachst oder therapierst.

Durch Selbsterfahrung lernst Du Dich selbst kennen und beginnst zu verstehen, warum Du überhaupt auf die Idee kommst, Coach, Heilerin oder Psychotherapeut*in werden zu wollen.

Oft erlebe ich in meinen Ausbildungen oder Seminaren, dass gerade diejenigen, die am meisten „Baustellen“ haben, als erstes auf die Idee kommen, Heilpraktiker*in für Psychotherapie werden zu wollen.

Warum finde ich das nicht ein No-Go, sondern nehme viele von ihnen in meine Ausbildung auf?

Diese Frage ist sehr einfach zu beantworten: Weil du **IMMER** in erster Linie **FÜR DICH** lernst und weil du **IMMER** in erster Linie Deine eigenen Themen auf dem Tablett serviert bekommst, wenn Du Dich mit Psychologie oder gar Psychiatrie beschäftigst.

Also: bilde dich aus. **FÜR DICH!**

Du beginnst dann nämlich, nachdem es Dich vielleicht heftig durchgeschüttelt hat, zu verstehen, warum Du so bist, wie Du bist und beginnst zu erkennen, welche Teile Deiner Selbst Du Dir nicht bewusst bist. Oder, welche Bereiche Deines Lebens noch im Schatten liegen und Du deshalb schwer damit umgehen kannst. Genau DORT liegt Dein Aufgabenbereich! Diese Arbeit führt dazu, dass Du eine gute, authentische Begleiter*in für andere Menschen wirst.

Fakt:

Die Anteile, die im Laufe Deines Lebens verloren gegangen sind, abgespalten oder zumindest verdrängt wurden, gilt es zu finden, bevor Du mit anderen Menschen an deren Ganzwerdung arbeitest.

Typische Helferpersönlichkeiten „kümmern“ (kümmern kommt von Kummer) sich gerne um andere, weil es einfacher ist, in anderen den Mangel zu sehen, den man bei sich selbst nicht sehen will und weil es einfacher erscheint, dem anderen zu sagen, was er oder sie ändern soll, als bei sich selbst zu beginnen.

Das **Helfersyndrom** wird daher als eine der ersten Baumaßnahmen in meiner Ausbildung zur / zum Heilpraktiker*in für Psychotherapie oder zum Coach angesetzt, um sicher zu stellen, dass der Bauplatz sicher ist.

Erst danach geht es weiter mit dem Bau des Hauses, auf dem Dein zukünftiges Leben stehen kann.

2. EINE ODER MEHRERE METHODEN FINDEN, DIE DIR SELBST HELFEN

Warum solltest Du unter all den Methoden und Heilmöglichkeiten herumsuchen, oder Dich beraten lassen, wenn es einen ultimativ sicheren Weg gibt, **DEINE** Methode der Wahl herauszufinden?

Dieser Schritt ist einfach: **Finde das, was dir selbst hilft und erlerne es.**

Aus 500 Methoden (es gibt laut Google 500 Therapiemethoden in Deutschland) die „Richtige“ auszuwählen, ist unmöglich, deswegen habe ich so lange gewartet, mit einer richtigen Ausbildung, bis ich sicher war, dass eine Methode für mich wirklich absolut wirksam und hilfreich ist!

Bei mir war dies das Familienstellen (Familienaufstellungen).

Nachdem ich bereits Mitte der neunziger Jahre diese wunderbare Möglichkeit, Lebensthemen zu finden, Familientraumen zu erkennen und zu heilen gefunden hatte, stellte ich meine eigenen Themen in mehreren Städten bei den verschiedensten Aufsteller*innen auf. So wusste ich 2006 sicher, dass ich selbst eine von diesen Aufsteller*innen werden möchte. Und das wurde ich auch, nach einer zweijährigen Ausbildung hier im Saarland.

Dort erlernte ich auch Traumatherapie, denn die Ausbilderin war in mehreren Verfahren sehr gut ausgebildet und gab ihr gesamtes Wissen an uns Schüler*innen weiter.

Mir fehlte allerdings etwas in ihren Konzepten und so blieb ich weiter offen für Neues und wagte den Sprung in die Selbstständigkeit noch nicht.

2008 erhielt ich eine Email von meiner Freundin Karin aus Graz, in der ich ein Video von Byron Katie fand.

Ich guckte es und wusste: Das ist genau das, wonach ich mein Leben lang gesucht habe.

Innerhalb von vier Jahren wurde ich zertifizierte Begleiterin für The Work von Byron Katie und bin jeden Tag dankbar dafür, diese Frau und vor allem diese Möglichkeit, mir selbst zu helfen, kennengelernt zu haben.

Sobald Du so etwas für Dich erlebst, also ganz im Inneren weißt, dass diese Methode, dieses Tool, dieser Weg genau das ist, was Du brauchst, um Dir selbst zu helfen, dann gehe ihn weiter.

Erfahre dich selbst und erlerne diese Methode und beginne sofort zu üben, denn Experte zu werden, dauert ein wenig...

10.000 Stunden Übung bringt die Routine, die Dich absolut sicher sein lässt in dem, was Du tust. Dann ist eine Selbstständigkeit kein so großes Ding mehr, oder Du begleitest nebenberuflich andere auf ihrer Reise, die Du für Dich schon selbst gegangen bist.

Wichtig zu wissen ist, dass jede Reiseroute anders ist.

Das Ziel – das Endziel – ist allerdings bei jeder Methode dasselbe, weiß ich heute.

Es ist also egal, welche Methode Du für Dich entdeckst, sobald sie DIR hilft, hilft sie auch anderen, da kannst Du sicher sein.

3. STELLE DEINE TÄTIGKEIT (DEIN HAUS) AUF EINE SICHERE BODENPLATTE

Du hast also den Bauplatz gesichert, Dein Haus ausgesucht, und willst nun bald einziehen. Egal, ob es ein Holzhaus, ein Haus aus Ziegeln oder ein Fertigteilhaus ist, jedes Haus braucht eine Bodenplatte.

Eine der Bodenplatten könnte entweder die Ausbildung zur / zum Heilpraktiker*in für Psychotherapie oder eine fundierte Coachingausbildung sein.

Denn was hilft Dir die beste Methode der Welt, wenn du nur Klienten durchbegleiten kannst, die genau mit DEM Anliegen zu Dir kommen, das du sofort verstehst oder das Deinem (ehemaligen) Problem ähnlich ist?

Was passiert mit Klienten, die Dich „zutexten“, heftige Gefühle zeigen und überhaupt nicht verstehen, was Du mit deiner Einleitung sagen willst.

Was passiert mit Klienten, die während der Arbeit mit Dir immer wieder „ausbüchsen“ und sogenannte „schwierige Klienten“ für Dich werden?

Dieses Tool „Der schwierige Klient“ war und ist mein Lieblingstool in der Ausbildung zur Begleiterin für The Work von Byron Katie. Diese werde ich bald, erweitert zu einer rundum erneuerten Coaching Ausbildung anbieten. Wenn Du Dich für diese Ausbildung interessierst, trage Dich doch jetzt gleich hier in die Warteliste ein, dann bekommst Du die aktuellen Informationen:

[The Work Bootcamp Warteliste hier klicken](#)

Meine Erfahrungen der letzten Jahre haben mir gezeigt, dass genau DA weitere Schulungen notwendig sind, wo die meisten Ausbildungen aufhören. Denn viele von uns haben überhaupt nicht gelernt, andere Menschen zu befragen, zu führen oder zu begleiten, hin zu einem sinnvollen Beginn einer Sitzung mit einer erlernten Methode.

Die Bausteine Gesprächsführung, Spiegeln der Gefühle und eine Basisausbildung in Traumaheilung sollen nun in der nächsten Ausbildung mit enthalten sein, um diese Mängel zu beheben.

In einer fundierten Coaching Ausbildung oder einer professionell durchgeführten Ausbildung zur / zum Heilpraktiker*in für Psychotherapie erlernst Du das alles selbstverständlich und kannst schon meistens in der ersten Sitzung mit Deinem Klienten erkennen, ob Deine Kenntnisse, Fähigkeiten und vor allem Deine Methode zu dieser Klientin oder diesem Klienten passt. Du kannst meistens schon in der ersten Sitzung entscheiden, ob vorher ein Besuch beim Facharzt, beim Neurologen, Psychiater oder ein Klinikaufenthalt sicherer für diesen Menschen ist, als mit Dir weiter an dem Problem zu arbeiten.

Die Vorwürfe, die im Bereich des „Geistigen Heilens“ und auch im Bereich des „Heilpraktikerwesens“ immer wieder auf uns zukommen, sind genau diese:

Psychisch kranke Menschen werden mit „Esoterik“ oder „Energiearbeit“ behandelt und dadurch noch weiter in ihre psychische Erkrankung gestoßen, anstatt *die* Hilfe zu bekommen, die notwendig ist.

Zu erkennen, ob eine Klientin beim Facharzt oder in einer Klinik besser aufgehoben ist als bei Dir, oder ob diese Klientin vielleicht zuerst einen Therapieplatz auf Kassenrezept finden sollte, bevor Du mit ihr an ihren Kindheitstraumata arbeitest, ist Dein Job!

Menschen auf eine Reise zu begleiten, die noch nicht reisefähig sind, ist Scharlatanerie und muss nicht sein!

Deswegen biete ich ab sofort in meinen beiden Ausbildungen:

- Heilpraktiker*in für Psychotherapie werden
- Coach nach Eva Nitschinger werden

alle oben genannten Module an:

- 1) Gesprächsführung
- 2) Spiegeln der Gefühle
- 3) The Work von Byron Katie
- 4) Klopftechniken
- 5) Basisschulung in Traumheilung
- 6) Die Heilreise des Inneren Kindes

Ausbildungen, die Dich zu einem kompetenten Coach oder einer kompetenten Heilpraktiker*in für Psychotherapie machen, gibt es bei uns (Schulleiter*innen der Deutschen Heilpraktikerschule) und bei vielen anderen Lehrern, Schulen und Instituten, die Ausbildungen auf einer fundierten Bodenplatte anbieten.

4. MACH DEIN HAUS BEWOHNBAR UND BELEBE ES

Nun hast Du eine Bodenplatte erstellt, Dein Haus drauf gestellt und die Baustelle abgeschlossen.

Ich habe 2009 meine Selbständigkeit begonnen und seither mehrere Coaching- bzw. psychotherapeutische Methoden erlernt. Mein Haus wird ständig ausgebaut und aufgestockt...vielleicht wird es irgendwann ein Wolkenkratzer ;-)

Du beginnst - praktisch gesprochen - vielleicht gleich nach der Ausbildung mit einem kleinen Raum in Deinem Eigenheim. Deine erste Klientin in Deinem Wohnzimmer zu empfangen ist keine gute Idee, wenn auch viele von uns das so getan haben.

Ich habe nämlich nach nur wenigen Wochen bemerkt, dass ich die Energie meiner Klienten NICHT in meiner eigenen Wohnung haben möchte, und habe deswegen einen kleinen Raum in einem Yoga-Zentrum angemietet, um dort meine Klient*innen zu behandeln.

Nach zwei bis drei Jahren wollte ich was Eigenes haben und bin in eine Praxis nach Saarbrücken gezogen, in der ich bis heute Coaching, Psychotherapie, Familienaufstellungen, The Work-Seminare und meine Ausbildung zur / zum Heilpraktiker*in für Psychotherapie anbiete. Die Deutsche Heilpraktikerschule Saarland ist mir zu-fällig 2012 in meinen Schoß gefallen...

Du siehst, meine Reise ist durch viele neue Entdeckungen und „Zu-Fälle“ bereichert worden und sie ist sicherlich noch nicht zu Ende. Es gibt zu viele spannende Möglichkeiten der Selbstentdeckung, Selbsterfahrung und Selbstheilung auf diesem Planeten, als dass ich bereits jetzt sagen könnte: Ich habe genug gelernt, ich bin jetzt „fertig“.

Du wirst auch nie fertig sein, als Heiler*in, Coach oder Heilpraktiker*in für Psychotherapie, beginnen wirst Du aber immer mit dem *ersten* Schritt. Wenn Du wartest, bis Dein Haus bis hin zum kleinsten Dekorationsgegenstand fertig ist, bevor Du einziehst, wirst Du wahrscheinlich nie beginnen, Deine ersten Klienten zu empfangen.

Ich habe fast alles alleine gemacht am Anfang meiner Selbstständigkeit, aber das war aus heutiger Sicht ein großer und teurer Fehler. Ich würde nie wieder ein Business ganz alleine starten, wenn es doch so viele Menschen auf dieser Welt gibt, die diesen Weg in die Selbstständigkeit bereits erfolgreich gegangen sind und wissen, worauf man achten soll und achten kann, wenn man „ein Haus baut“ und dann dort einziehen will.

5. GÖNNE DIR RUHE UND ACHE AUF DICH

Nach einem Hausbau sind die meisten Menschen erstmals „müde“ oder „geschafft“.

Wichtig ist also, dass du nicht „wie blöde“ losrennst und versuchst, Rom in einem Tag zu erobern.

Warum ich das sage? Weil ICH es so gemacht habe.

Wenn Du meinen [Youtube Kanal \(hier klicken\)](#) durchforstest, wirst Du die verschiedenen Stationen meiner Entwicklung sehen, immer sehr öffentlich und ehrlich, meine Themen präsentierend.

Ich habe mir selten Ruhe oder eine Auszeit gegönnt, denn der Satz: „ich brauche Erfolg, ich brauche mehr Geld!“ hat mich seit dem ersten Tag der Selbstständigkeit verfolgt.

Heute lerne ich immer besser, mal langsamer zu machen, mir Zeit und Ruhe zu gönnen, bevor das nächste „Produkt“ auf den Markt kommt oder bevor ich das nächste Projekt starte. Ich ziehe mich gerne zurück, die Couch, die jahrelang fast unbenutzt in meinem Wohnzimmer stand, wird immer öfters von mir genutzt. Klar, meist mit dem Laptop auf dem Schoß, aber immer öfters auch ohne.

Der Waldspaziergang mit meinem Hund wird zu meiner täglichen kleinen Auszeit, die LIVE-Videos für Facebook, die ich früher fast täglich aus dem Wald in eine meiner Facebookgruppen gesendet habe, werden seltener.

Wir Coaches, Therapeuten und Heiler*innen kommen schnell ins Burnout, wenn wir nicht auf uns selbst achten. Wir brennen aus, werden gereizt und können uns dadurch auf keinen Fall auf jede unserer Klienten neu einstellen, sie mit offenem Herzen empfangen und bereit dafür sein, uns voll und ganz auf sie einzulassen, wenn wir müde oder sogar überlastet sind.

Zu helfen darf NICHT an erster Stelle stehen, sondern Psychohygiene für uns selbst, Selbstfürsorge und Selbstliebe müssen an erster Stelle stehen, wenn wir in diesem Beruf langfristig überleben wollen!

Auch werden immer wieder neue Baustellen in uns selbst erkannt, durch Trigger, die Erzählungen der Klienten in uns auslösen.

Wir müssen uns also nach wie vor in erster Linie um uns selbst kümmern, den Garten mähen, die Hecke schneiden und die Rosen düngen. Unser Haus sollte regelmäßig geputzt werden, damit wir unseren Klienten ein gutes Vorbild sind.

Da die **Beziehung zum Therapeuten heilt** und weniger die Methode, ist es am **allerwichtigsten, dass wir Therapeuten gute Beziehungen herstellen und halten können!**

Arbeite also zuerst immer an der Beziehung zu Dir selbst, dann an der Beziehung zu Deiner Familie (Mutter, Vater, Geschwister, Partner, Ex-Partner mit inbegriffen ;-)) und dann erst an der Beziehung zu deinen Klient*innen.

Narzisstische Tendenzen, wie **Liebe, Anerkennung und Applaus** von Klienten zu holen, sollten von Dir im Keim erkannt und sofort bearbeitet werden!

Darum schließe ich auch diese Liste mit dem Punkt:


**Beginne
JETZT**
**mit Selbsterfahrung
in einem Kurs deiner
Wahl:**

Bist du bereit, dein Bauvorhaben anzupacken? Dann schau mal, was gerade jetzt am besten für Dich passt:

1) Du willst von Eva zum Coach ausgebildet werden mit folgenden Bausteinen:

- 1) Gesprächsführung
- 2) Spiegeln der Gefühle
- 3) The Work von Byron Katie
- 4) Klopftechniken
- 5) Basisschulung in Traumheilung
- 6) Die Heilreise des Inneren Kindes

dann trage Dich gleich hier für die Warteliste ein, damit Du die Informationen über diese neue Ausbildung zeitnah erhältst:



[klicke hier](#)

oder

2) Du kannst Dich hier für das nächste kostenlose Webinar anmelden, wenn Du überlegst, Heilpraktiker*in für Psychotherapie zu werden (die Prüfung zur / zum Heilpraktiker*in Psychotherapie gibt es nur in Deutschland)



[klicke hier](#)

3) Oder vielleicht möchtest Du gerne ganz für Dich selbst mit The Work von Byron Katie beginnen?

Mit diesem Selbstlernkurs von The Work, den ich in den letzten 6 Jahren erstellt habe, kannst Du sofort beginnen, an Deinen persönlichen Themen zu arbeiten. Mit dem untenstehenden Link kommst Du auf die Informationsseite des Selbstlernkurses:



klicke hier

Ich freue mich, Dich kennenzulernen!

*Herzlichst,
Deine Eva*

www.eva-nitschinger.de

Zentrum für seelische Gesundheit
Eva Nitschinger Online-Akademie
Deutsche Heilpraktikerschule
Saarland
Rubensstraße 48
66119 Saarbrücken