

UNSERE TEILNEHMER:INNEN HABEN DAS WORT COACHING-AUSBILDUNG

Kerstin, welche Beweggründe haben Dich zur Coaching-Ausbildung geführt?

Kerstin Heller: Ich arbeite seit fast 40 Jahren ganzheitlich und osteopathisch als Heilpraktikerin in meiner eigenen Praxis. Im Zuge dessen bin ich immer wieder auf der Suche, wie oder wo ich mich weiterentwickeln, weiterbilden und verbessern kann. Ich arbeite zwar primär mit dem Körper, doch die Begegnungen mit meinen Patient:innen im Gespräch sind dabei natürlich genauso wichtig wie die Körperarbeit. Bei meiner Arbeit kommen ja auch viele Themen, Emotionen, Missstände usw. hoch, und so habe ich in letzter Zeit nach einer Möglichkeit gesucht, um meine Gesprächsführung noch professioneller zu gestalten.

Das heißt, Du begleitest Deine Körperarbeit nun verstärkt mit Gesprächen?

Natürlich habe ich im Laufe der Zeit schon meine Gesprächstechniken entwickelt, um z. B. bei den Patient:innen schneller und gezielter auf den Punkt zu kommen. Heute arbeite ich tatsächlich mehr mit Gesprächen als früher. Aber die Körperarbeit liegt mir nach wie vor sehr am Herzen und es gibt für mich doch vieles, das ich fast schneller und eindeutiger direkt am Körper lesen kann bzw. für mich ersichtlich wird als im Gespräch. Beides ergänzt sich im Zusammenspiel sehr gut und bereichert meine Arbeit.

Wie kann ich mir das genau vorstellen?

Zum Beispiel, wenn Patienten kommen, die in der Panikzone sind, dekompenziert sind oder weniger als 50 Prozent ihrer Energie zur Verfügung haben. Dann hilft sicherlich die Arbeit am Körper, aber es ist auch wichtig, ihnen aufzuzeigen, wo sie stehen, dass sie sich in der Panikzone und nicht in einer ruhigeren Komfortzone befinden, und was das bewirkt. Oder ich nutze die Eisbergmethode, um klarzumachen, was bewusst und unbewusst alles wirkt. Und dann ist es natürlich auch wichtig, sie in die Eigenverantwortung zu bringen und ggf. zum Verändern und Handeln zu motivieren. Ich könnte natürlich explizit auch ergänzende Coaching-Sitzungen anbieten, aber das schaffe ich mangels Zeit leider nicht.

Wie bist Du auf Susanne gestoßen?

Durch eine persönliche Empfehlung. Ich habe dann den Kontakt mit Susanne gesucht, wir haben uns telefonisch ausgetauscht und danach war alles schnell klar.



KERSTIN HELLER

Heilpraktikerin, Coburg



»Susanne hat so etwas wie einen siebten Sinn, der aus meiner Sicht aus ihrer großen Erfahrung, ihrer Offenheit und ihrer Intuition entspringt.«

Was hat Dich überzeugt?

Ich habe in Susanne eine Person gesehen, die sich ihrer Sache sehr sicher ist und eine große Kompetenz ausstrahlt. Sie hat zudem aus meiner Sicht genau die richtigen Fragen gestellt. Und das hat mich im Paket – ich bin ja ein Bauch- und Gefühlsmensch – überzeugt.

Sind Deine Vorstellungen und Erwartungen erfüllt worden?

Auf jeden Fall. Zuerst mal habe ich es an mir selbst gemerkt, dass mich diese Ausbildung weiterbringt. Und dann natürlich auch im Zusammenspiel mit meinen Patienten und ihren Reaktionen. Ich habe sie auch immer mal wieder aufgefordert, ihre Wahrnehmungen aufzuschreiben bzw. mir mitzuteilen. Und da kamen wirklich ganz wundervolle Reaktionen und Feedbacks.



»Es ist hier alles da, was es braucht an Ausrüstung, Räumlichkeiten usw. Das ist schon ein traumhaftes Umfeld – könnte man eigentlich nur noch toppen durch ein Haus am Meer.«

Das heißt, die Patienten fühlen sich durch mehr Gespräch jetzt wohler und verstandener?

Wohl haben sie sich sicherlich schon vorher mit der Körperarbeit gefühlt, aber die Patient:innen können heute durch mehr Gespräch den eigenen Geist und Körper besser einschätzen. Ich bin davon überzeugt, dass es besser ist, wenn man weiß, wo man steht und wo man sich im ganzheitlichen Sinne betrachtet befindet. Und das wirkt sich wiederum auf die Heilung im Körper aus, denn die Leute kommen ja zum Teil mit schweren mentalen, psychischen, funktionalen oder chronischen Beschwerden, die sich im Körper niederschlagen.

Was hat Dich in dieser Ausbildung besonders beeindruckt?

Susanne hat so etwas wie einen siebten Sinn, der aus meiner Sicht aus ihrer großen Erfahrung, ihrer Offenheit und ihrer Intuition entspringt. Ich arbeite ja auch seit vielen Jahren mit Menschen, und ich habe sie oft in den Kursen beobachtet. Es war wirklich jedes Mal genau der Punkt, genau der richtige Moment, sich mit einem Thema oder einer Frage an eine bestimmte Person zu wenden. Ich würde das fast als »begnadet« bezeichnen. Als Therapeutin oder auch Coach wird man ja mit den Jahren in der Regel immer reifer und erfahrener – und Susanne ist nun in der Erntezeit. Einfach toll!

Hat dieser Ort hier bei deiner Ausbildungsentscheidung eine Rolle gespielt bzw. wie wirkt er jetzt auf Dich?

Auf meine Entscheidung, wo ich die Ausbildung mache, hatte das keinen Einfluss. Aber ich muss sagen: Es ist hier wirklich ein sehr geschützter Rahmen. Es ist alles da, was es braucht an Ausrüstung, Räumlichkeiten usw.; man kann Raum für sich selbst nehmen oder kurz spazieren gehen direkt am See und und und ... Das ist schon ein traumhaftes Umfeld – könnte man eigentlich nur noch toppen durch ein Haus am Meer (lacht).

*Kerstin, herzlichen Dank für Deine Ausführungen.
Dir alles Gute für die Zukunft.*