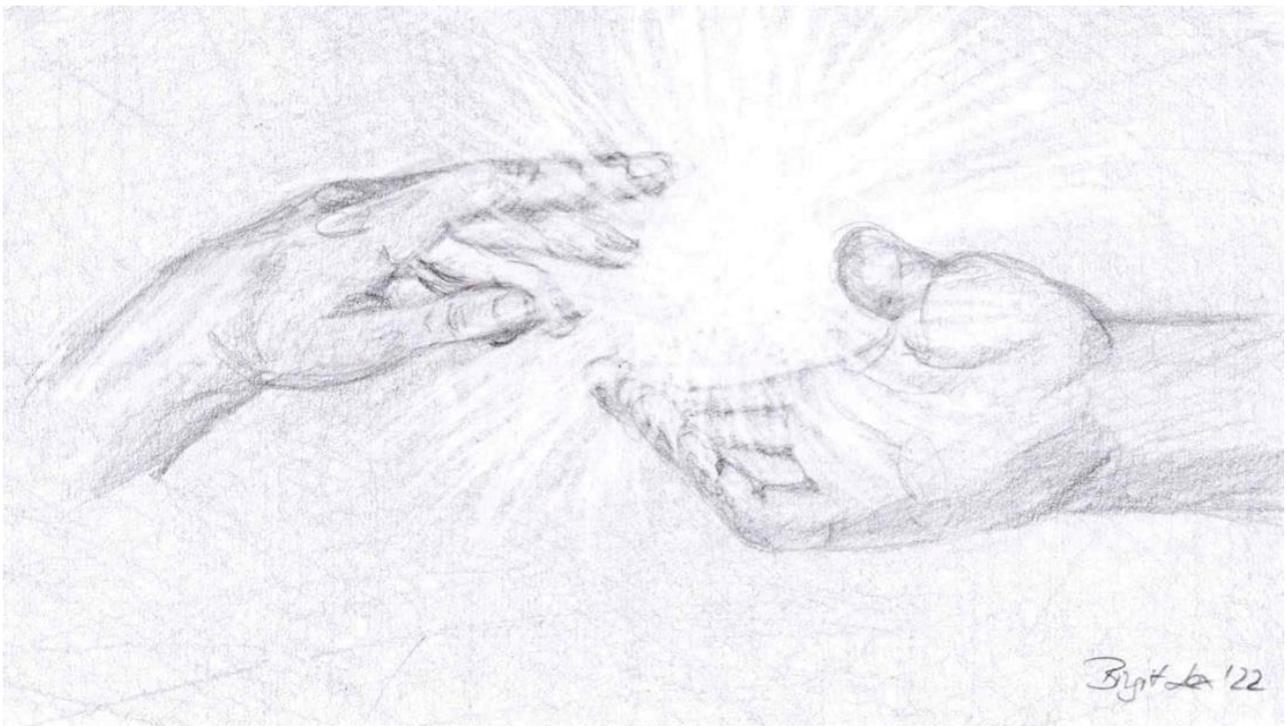


# InKonstellation – Akademie für Systemisches Coaching

Abschlussarbeit Systemische Coaching Ausbildung

**Thema:**  
**Coaching in der Naturheilpraxis**

Autorin: B. A.



Datum: 01.11.2022

## **Inhaltsverzeichnis**

Einleitung.....	3
Mein persönlicher Weg zum Systemischen Coaching.....	4
Systemisches Coaching .....	5
Grundhaltung im Sytemischen Coaching .....	6
Grundhaltung des Nichtwissens .....	7
Abgrenzung zwischen Coaching und Therapie .....	8
Coaching und Naturheilkunde .....	9
Fazit .....	11



# Einleitung

Diese Abschlussarbeit beschäftigt sich mit der Fragestellung, inwieweit der zusätzliche Einsatz von systemischem Coaching im Rahmen einer naturheilkundlichen Behandlung einen besseren/nachhaltigeren Heilungsverlauf von Patienten/Klienten erwirken kann.

Nach der Darstellung meines persönlichen Werdegangs gehe ich auf die grundlegenden Aspekte von Coaching ein, grenze diese von einer rein medizinischen Therapie ab und nenne, unter anderem anhand eines Fallbeispiels, die Synergien zwischen dem naturheilkundlichen Behandlungs- sowie dem (systemischen) Coachingberatungsansatz.

# Mein persönlicher Weg zum Systemischen Coaching

*„Wir leben nicht, um zu glauben, sondern um zu lernen.“<sup>1</sup>*

Mit 23 Jahren habe ich meine Ausbildung zur Krankenschwester in Traunstein (Bayern) absolviert. Durch mein Interesse an Medizin und ganzheitlichen medizinischen Ansätzen habe ich mich über all die Jahre weitergebildet. 2017 schloss ich die Ausbildung als Heilpraktikerin erfolgreich ab.

Sowohl im beruflichen als auch im privaten Kontext habe ich die Erfahrung gemacht, dass Gesprächsführung/Coaching ein wichtiges und wirksames Instrument ist, bei bestimmten Anliegen von Patienten/Klienten eine persönliche Weiterentwicklung anzustoßen. In der Ausbildung als Krankenschwester sowie als Heilpraktikerin wurde Methodenwissen zum Coaching nicht explizit gelehrt bzw. vertieft.

Deshalb entschied ich mich im Mai 2022 für die Ausbildung zum systemischen Coach in der Ausbildungsakademie InKonstellation.

Meine persönlichen Leitfragen/Motivationen bei der Ausbildung zum systemischen Coach sind:

*„Wie kann ich in der Naturheilpraxis durch den zusätzlichen Einsatz von systemischem Coaching einen besseren/nachhaltigeren Heilungsverlauf von Patienten/Klienten erwirken?“*

<sup>1</sup>Zitat Dalai Lama.

## Systemisches Coaching

Unter systemischem Coaching versteht man, dass Klienten bei selbstbestimmten Anliegen, individuellen Herausforderungen etc. in einem Coaching Prozess begleitet werden. Systemisches Coaching beinhaltet die Überprüfung des gedanklichen Systems des Klienten und hilft durch passende Fragestellungen oder Methoden, den Klienten zum Nachdenken anzuregen und bei seiner persönlichen Lösungsfindung zu begleiten. Die Anliegen des Klienten können sich sowohl im privaten, familiären Bereich als auch im beruflichen Kontext befinden.

Systemische Fragen helfen dem Klienten, sich von der Problemfokussierung weg zu orientieren und bewirken eine Hinwendung zur Handlungsfähigkeit. Festgefahrene Denkmuster können durch einen derartigen Perspektivwechsel durchbrochen werden.

### Die acht wichtigsten systemischen Fragetechniken:<sup>2</sup>

- Verhaltens- und Situationsfragen
- Skalierungsfragen
- Metapherfragen
- Zirkuläre Fragen
- Lösungsorientierte Fragen
- Hypothetische Fragen
- Musterfragen
- Paradoxe Fragen

<sup>2</sup>AVENUE GmbH, Die 8 wichtigsten systemischen Fragetechniken, [https://www.avenue.de/wp-content/uploads/2017/02/Avenue\\_Infografik\\_8wichtigsteSystemischeFragetechniken.pdf](https://www.avenue.de/wp-content/uploads/2017/02/Avenue_Infografik_8wichtigsteSystemischeFragetechniken.pdf), Zugriffsdatum 31.10.2022.

# Grundhaltung im Systemischen Coaching

Ethik-Richtlinien der DGSF:<sup>3</sup>

Die Grundhaltung systemischer Berater\*innen, Therapeut\*innen, Supervisor\*innen und Weiterbildner\*innen ist gekennzeichnet durch Achtung, Respekt und Wertschätzung gegenüber einzelnen Personen und Systemen. Dies beinhaltet die Akzeptanz Einzelner als Person und die Allparteilichkeit gegenüber den zum System gehörenden Personen, unabhängig von deren Alter, Geschlecht, ethnischer Herkunft, Kultur, Status, sexueller Orientierung, Weltanschauung und Religion.

Die Klient\*innen werden als Expert\*innen für sich und ihre Lebensgestaltung gesehen. Sie werden zur Entdeckung und selbstbestimmten Nutzung eigener Ressourcen angeregt, dabei unterstützt und begleitet.

Berater\*innen und Therapeut\*innen orientieren sich in ihrem Handeln daran, die Möglichkeitsräume der Klient\*innen und Systeme zu erweitern und deren Selbstorganisation zu fördern. Insbesondere nehmen sie Themen, die sich unter der Genderperspektive stellen, sensibel wahr. Dabei werden eigene Prämissen einer ständigen Reflexion unterzogen. Für Beratung und Therapie gilt das Prinzip: so kurz wie möglich, so lang wie nötig.

<sup>3</sup>Deutsche Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie e. V., Ethik-Richtlinien der DGSF, <https://www.dgsf.org/ueber-uns/ethik-richtlinien.htm>, Zugriffsdatum 01.11.2022.

## **Grundhaltung des Nichtwissens**

Mit der Grundhaltung des Nicht-Wissens ist die Haltung des Coaches gegenüber dem Klienten gemeint. Durch aufmerksames Zuhören der Schilderung des Klienten erhält der Coach einen Einblick über die wichtigen Informationen bzw. Anliegen seines Klienten.

Der Coach ist mit seinem gelernten Fachwissen zurückhaltend und bietet keine direkten Lösungsvorschläge an, er dient eher als Impulsgeber.

Durch erlernte Fragetechniken kann der Coach dem Klienten zu neuem Wissen verhelfen.

## **Abgrenzung zwischen Coaching und Therapie**

- a) Coaching wird von Klienten in Anspruch genommen, um bei der Lösungsfindung im privaten sowie beruflichen Umfeld Unterstützung zu erhalten. Dies könnte im Falle von zwischenmenschlichen Konflikten im privaten Umfeld oder bei beruflichen Veränderungen notwendig sein. Durch Anwenden von Fragetechniken oder Methoden versucht der Coach, die Ressourcen des Klienten zu aktivieren und so neue Impulse zu geben. Die Lösung entsteht durch den Klienten selbst. Die Kostenübernahme erfolgt durch den Klienten. Die durchschnittliche Dauer eines typischen Coachings beträgt 6-8 Arbeitstreffen.
- b) Bei einer (medizinischen) Therapie wird dem Patienten bei einer bestimmten Krankheit oder einzelnen Symptomen durch Medikamente oder Anwendungen wie z.B. Akupunktur zur Linderung bzw. Heilung verholfen. Die Patienten wenden sich, wenn ihre Lebensqualität eingeschränkt ist, beispielsweise mit dem Ziel an den Therapeuten, Symptomlinderung zu erfahren. Der Therapeut übernimmt die Behandlung und gibt den Behandlungsplan vor. Die Kostenübernahme findet eventuell durch eine gesetzliche Krankenkasse oder privat statt.

## **Coaching und Naturheilkunde**

In meiner praktischen Arbeit mit Patienten (im Krankenhaus als Krankenschwester sowie in meiner Praxis als Heilpraktikerin) habe ich die Erfahrung gesammelt, dass Geist, Körper und Seele eine nicht trennbare Einheit darstellen.

Häufig ist insbesondere bei der Behandlung von Patienten im Bereich der Naturheilkunde zu beobachten, dass eine Therapie nur bedingt wirken kann, solange der Patient sich nicht auch mit seinem eventuell bestehenden inneren Konflikt auseinandersetzt.

Aus diesem Grund finde ich persönlich die Verbindung von Naturheilkunde und Coaching in der Naturheilkundlichen Praxis besonders sinnvoll und für den Patienten bereichernd.

Anhand eines typischen Patientenbeispiels (Erschöpfungssyndrom<sup>4</sup>) möchte ich dies im Folgenden erläutern.

In der Naturheilpraxis habe ich die Möglichkeit als Heilpraktikerin bei Verdacht auf Vorliegen eines Erschöpfungssyndroms Laborparameter (wie z.B. Vitamin B12, Eisen usw.) zu bestimmen. Durch Supplementierung von Nahrungsergänzungsmitteln bzw. Vitalstoffen kann sich das Wohlbefinden des Patienten innerhalb weniger Wochen bis zu einigen Monaten (körperlich) verbessern.

<sup>4</sup>Ein Burnout/(Erschöpfungs)Depression muss durch den behandelnden Hausarzt ausgeschlossen werden. Ein Coach/Heilpraktiker kann/darf hier keine eigenmächtige Behandlung durchführen.

Durch eine vorab durchgeführte umfassende Anamnese in der Naturheilpraxis habe ich als Heilpraktikerin einen Einblick in das private sowie ggf. berufliche Umfeld des Patienten/Klienten.

Mittels des erlernten Fachwissens im Bereich des systemischen Coachings kann ich dem Patienten/Klienten bei Notwendig- bzw. Sinnhaftigkeit ein individuelles Angebot unterbreiten, neben der ganzheitlichen medizinischen Therapie durch ein passendes Coaching den Patienten/Klienten in seiner Handlungsfähigkeit und Aktivierung eigener Ressourcen für mehr Gesundheit substanziell zu unterstützen.

## Fazit

Ich habe meine Abschlussarbeit der Fragestellung gewidmet:

„Wie kann ich in der Naturheilpraxis durch den zusätzlichen Einsatz von ich systemischem Coaching einen besseren/ nachhaltigeren Heilungsverlauf von Patienten/Klienten erwirken?“

Durch Erfahrungswissen in meiner etwa 20jährigen Tätigkeit mit unterschiedlichen Patienten im Krankenhaus sowie insbesondere in meiner naturheilkundlichen Praxis kann ich konstatieren, dass insbesondere bei komplexen psychosomatischen Beschwerden neben der medizinischen Behandlung häufig ein Gesundheitscoaching bzw. ein systemisches Coaching einen substanzielleren und insbesondere nachhaltigeren Heilungsverlauf bei Patienten/Klienten erwirken kann.

Durch die hochwertige Ausbildung zum Systemischen Coach in der Ausbildungsakademie InKonstellation bin ich in die Lage versetzt worden, neben den rein medizinischen Aspekten auch auf dem Gebiet des Coachings meine Patienten/Klienten zukünftig professionell zu begleiten und dadurch einen echten Mehrwert für sie zu schaffen.

Dabei berücksichtige ich allerdings immer eines meiner Mottos:

*„Nicht hinter jedem Symptom steht ein Mangel und nicht hinter jedem Mangel ist ein Symptom versteckt!“<sup>5</sup>*

<sup>5</sup>InKonstellation - Akademie für Systemisches Coaching, Skript Systemische Coachinausbildung, 10/2022.