

Berufsausbildung³ im Gesundheitsmarkt: Journalistin – Kulturwirtin – Coach & medizinische Hypnosetherapeutin

Von Kindesbeinen an liebte ich Geschichten – je ungewöhnlicher, umso besser blieben sie im Gedächtnis. Mit meiner eigenen Lebensgeschichte jedoch habe ich lange gehadert – bis ich in Form von Hypnose einen Urknall erlebte und merkte: Meine Vita ist ungewöhnlich, aber meine beste Ressource! Aber der Reihe nach: Ich bin auf einem Bauernhof mitten in Niederbayern groß geworden, zwischen Tieren, Tierarzt und jeder Menge Maschinen. Der naheliegende Berufswunsch, Medizin zu studieren, ließ sich aus mehreren Gründen nicht umsetzen. Ich landete per Zufallsprinzip und Neugierde nach dem Abitur bei einem privaten Radiosender und machte ein Volontariat in Redaktion und Moderation. Lokalfunk mit entsprechend fundierter Ausbildung war zunächst mein Ding – aber ich wollte mehr. Deshalb kam ich nach Passau als Diplom-Kulturwirt-Studentin von 1997 bis 2003.

Plan B nach dem Studium: als Radiojournalistin in die freie Wirtschaft zwischen Anzeigepflanzen und Technologie



Die Arbeit in Trance ist ein natürlich angeborener Zustand, der in Hypnotherapie heilsam genutzt wird.

Foto: Adobe

Da mir der Wiedereinstieg in die Radiowelt 2003 bei einem öffentlich-rechtlichen Sender aufgrund der wirtschaftlichen Lage nicht möglich war, brauchte es Plan B. Mehr als 100 Initiativbewerbungen im Medizin- und Technikbereich (weil ich dazu den praktischen Produktbezug hatte) brachten mich auf die andere Schreibtischseite: zuerst als Produktmanagerin Export für Dr. Hauschka, dann viele Jahre in der Technologiebranche als Pressesprecherin, Vorstandskommunikatorin, Krisenkommunikatorin und Change Expertin mit entsprechender Fortbildung und Zertifizierungen. Ich lernte Unternehmensgrößen von Mittelstand bis Großkonzern kennen – mit entsprechenden Arbeitsbedingungen. Mein Arbeitsmodus war, stets verfügbar zu sein, virtuell oder auch im Flieger arbeitend, mit immer mehr Aufwand durch heterogene Inhalte und zunehmende Kanalvielfalt. Sonderprojekte von Historie bis Scrum, Spezialausbildungen in IT, HR-Themen, Krisenkommunikation, Strategiestäbe um Merger & Acquisitions, Eigentümerwechsel sowie Themen der Organisationsentwicklung pflasterten meinen internationalen Karriereweg.

Was nicht im Lebenslauf stand, wurde essenziell für meine berufliche Identität

Dabei hatte ich zeitlebens eine Schattenseite, die ich gut im Griff hielt. Neben den vielen Terminen und Auftritten im Job trainierte ich abends noch, versorgte mich selbst mit Schul- und Alternativmedizin und stand mit viel Kraft nach Rückschlägen wie OPs, Infekten und Vergiftungserscheinungen immer wieder auf. Seit einem Unfall im Kleinkindalter hatte ich körperliche Einschränkungen, die man nicht auf den ersten Blick sah, die im Alter und mit zunehmender Sitzbelastung aber nicht besser wurden. Zudem traf mich bei Studienbeginn ein zahnärztlicher Kunstfehler, der mich zur anerkannten Amalgampatientin in den 90er Jahren machte und zum Stammgast in der Umweltmedizin, traditionell chinesischen Medizin und Osteopathie. Ich war chronische Schmerzpatientin und Allergikerin und wusste über körperliche Beschwerden und Behandlung wohl mehr als andere Bescheid, verstand aber auch, dass Leistungskultur und körperliche Schwäche nicht zusammenpassten im Job. Also funktionierte ich, bzw. besser gesagt mein Körper, und ich programmierte mich auf Erfolg um jeden Preis. Was dabei immer größer wurde, waren die Unzufriedenheit mit mir selbst sowie die Angst, irgendwann nicht mehr leistungsfähig zu sein. Außerdem konnte ich

der oft oberflächlichen und heilen Werbe- und Kommunikationswelt nach außen immer weniger abgewinnen. Das Interesse am Wohlbefinden der Menschen in diesen Systemen wurde größer und größer. So schloss ich 2015 die Systemische Coach Ausbildung ab und traf in meiner Klientel häufig Menschen am Rande zum Burnout oder Depression.

Urknall mit Hypnose: körperliche Schmerzen interdisziplinär verstehen und heilen

Der Zufall in Form eines Jobverlustes, einer privaten Krise und jeder Menge Zeit für einen Aufenthalt in einer Schmerzklinik verhalf mir selbst zum nächsten Entwicklungsschritt. Ich fand in einem interdisziplinären Ansatz erstmals Zugang zur Hypnose. Das war wie ein Urknall – denn ich erkannte, dass ich selbst als Coach bei weitem nicht kognitiv in der Lage war, meine energie-raubenden Überlebensmuster aus der Unfallzeit im Kindesalter emotional nachzubearbeiten. Mehrere eher missglückte Hypnoseansätze, ließen mich schließlich bei der selbstorganisatorischen Hypnose nach Götz Renartz landen – einer medizinisch angewandten, selbstorganisatorischen Hypnose mit einer fundierten Ausbildung und klinisch-medizinischem Hintergrund.

Kommunikationskunst in der eigenen Innenwelt als Heilmittel

Der Erfolg der Hypnotherapie war für mich persönlich durchschlagend: Ich hatte plötzlich längere schmerzfreie Phasen – allein dadurch, dass ich auf kreative Art und auf mich allein gestellt die Arbeit in Trance erlernte, die eine Kommunikation zwischen meinem bewussten Verstand und meinem Unbewussten möglich macht – und zudem angeboren ist. Und ich beobachtete, wie mein Körper mit Mitte 40 auch noch zu regenerieren begann in Bereichen, in denen eigentlich schulmedizinisch keine Heilung mehr möglich schien – hätte ich die Folgen nicht auf Röntgenbildern gesehen, würde ich immer noch zweifeln. Ich verstand am Ende meines eigenen Kommunikationsweges nach innen, dass ich genau das Gegenteil wollte von dem, was ich jahrelang getan hatte. Mein persönlicher Change stand an: privat und beruflich!

Kommunikation, Coaching und medizinische Hypnose on top: Der Kreis schließt sich für den eigenen Weg als Lotsin im Gesundheitssystem

Die Ausbildung als Heilpraktikerin für Psychotherapie verlangte mir noch einmal viel Einsatz ab neben meinem Teilzeit-Job, aber ich schaffte auf Anhieb die Prüfung beim Gesundheitsamt. Dann ging es los mit der dreijährigen, klinischen Hypnotherapieaus-



Epigenetik und transgenerationale, systemische Zusammenhänge sind wesentlich bei der Lösungsarbeit mit der Autosystemhypnose nach G. Renartz.

Foto: Pexel

bildung am ärztlichen Zentrum und einigen Spezialausbildungen für Traumatherapie.

Dass aus mir nun keine „normale Therapeutin“ geworden ist, wie meine Klient*innen sagen, freut mich sehr. Denn die selbstorganisatorische Hypnotherapie lässt die Verantwortung beim Patienten, was ungewohnt, aber dementsprechend sicher ist in der Anwendung. Außerdem begleite ich Menschen mit Bezug zu ihrem System – ich frage nach Familie, Beruf und ihrem gesamten soziokulturellen Umfeld. Dort stecken meist Ressourcen, aber auch mal Hindernisse; sie definieren auf jeden Fall immer unseren Möglichkeitsraum für neue Lösungen mit. Es geht mir darum, dass Klient*innen mit einem „Symptom“ oder der „Diagnose“ von außen eigenverantwortlich einen besseren Umgang, Lebenssinn oder neuen Weg finden. Dafür bleibt meist in der Schulmedizin keine Zeit. Ich verstehe mich als komplementäre Lotsin zwischen akuter Behandlung und Coachingbedarf mit einem sehr praxisorientierten Ansatz, übersetze gern auch mal medizinisches Fachchinesisch. Eben genau im Graubereich, wenn Menschen nach langer (chronischer) Erkrankung die Weichen neu stellen wollen – privat wie beruflich. Gesund zu sein ist für mich auch kein statischer Begriff, sondern ein Zustand, den es individuell und täglich neu zu erarbeiten gilt – der Maßstab der Klient*innen zählt am Ende, wenn es um die Erfolgsmessung geht. Dafür nutze ich auch meine Coachingmethoden für Jobthemen, körperorientierte Ansätze oder auch Naturheilmittel für Regenerationsphasen – und bei Bedarf auch mein Netzwerk aus eigener Erfahrung.

Die Kommunikation als roter Faden bleibt: der Strauß an Möglichkeiten wird bunter

Mit meiner dritten Ausbildung sehe ich nun viele Möglichkeiten auf einem wachsenden Markt. Natürlich liebe ich meinen selbständigen Praxisbetrieb in München. Und selbstverständlich bin ich wieder freiberuflich publizistisch tätig: Ich habe mir ein Mikro angeschafft und meinen ersten Podcast seit 20 Jahren (!) selbst produziert. Ferner schreibe ich in meinem Blog über Fachthemen, verlinke berufsbezogene Themen auch auf LinkedIn und bin für die Online-Plattform [therapieplatz-finden.de](https://www.therapieplatz-finden.de) sowie das Magazin „Die Naturheilpraxis“ als Fachautorin für Hypnose- und Traumatherapie tätig. Und ich bereite gerade die ersten Vorträge für Kolleg*innen aus dem Coachingbereich vor, um die rechtliche und methodische Grauzone und Grenze zwischen Coaching und Therapie zu beleuchten, wenn es um die Nachsorge von Covidpatient*innen oder auch Klient*innen mit traumatischen Folgestörungen geht.

Schnittstelle Gesundheitsleistung und Unternehmen: gesunde Menschen gesundes System und umgekehrt

Besonders seit Corona beobachte ich einen Gesundheitsmarkt, der mit neuen Formaten im Bereich psychologische Beratung und Therapie sowie niedrigschwelligen Selbsthilfeprogrammen online, mit neuen Anbietern und jeder Menge Blogs und Podcasts rasant wächst. Besonders groß ist der Bedarf auf Seite von Unternehmen, die sich in Zeiten des Fachkräftemangels neue Konzepte und Strukturen überlegen müssen, um psychisch Erkrankte, beispielsweise nach einer längeren Ausfallzeit, wieder gut einzugliedern oder auch, um in der Gesundheitsprävention für Mitarbeitende mehr anzubieten. Hier werden Konzepte und Expert*innen für psychische Gesundheit mit Kenntnissen über die Unternehmensseite zunehmend gefragt sein.

Ich bin derzeit bei einem sozialen Träger tätig, der entsprechend Beratungsexpertise mitbringt, aber noch keine Unternehmenserfahrung hat. Dort erarbeite ich in Teilzeit als Leitung für Mental Health Business Solutions ein strategisches Gesamtkonzept für ein Angebot und den Vertrieb von präventiven Dienst- und Beratungsleistungen für Privatunternehmen und Institutionen. Besonders für die Themen Stressprävention, Sucht und Essstörungen, pflegende Angehörige und soziale Krisenberatung sehe ich dabei einen hohen Bedarf bei kleineren und mittelständischen Unternehmen. Und hier kann ich beide Welten meiner Berufserfahrung vereinen – und habe wieder einmal einen Perspektivwechsel.

Zwischenfazit zur Lebensmitte

Wege entstehen sprichwörtlich dadurch, dass man sie geht... Ich gehe auf jeden Fall weiter mit all meinen Erfahrungen im Gepäck. Medizinisch orientierte

Kommunikation nach außen als Fachautorin oder eben auch nach innen in der Praxis mit Klient*innen werden eine Säule bleiben. Das Denken und Arbeiten in Systemen – sei es innerhalb der menschlichen Systeme auf körperlicher oder psychischer Ebene oder eben auch in Bezug zu den Sozialsystemen wie Familien, Kulturkreisen oder Organisationseinheiten im Unternehmen – wird ein weiterer spannender Punkt für meine Konzepte sein. Meine Wirtschaftserfahrung und die Erfahrung aus dem Passauer Studium tragen mich selbstverständlich auch weiter – in Form von Neugierde, Offenheit und dem Quer-Denken in Möglichkeiten. Wie's weitergeht, entscheiden sicher auch die politischen Rahmenbedingungen der nächsten Jahre.

Aus Zeitgründen bin ich momentan nicht mehr als Mentorin im kuwi Netzwerk tätig, möchte Euch aber mit meinen Einblicken unbedingt dazu ermutigen, das zu tun, wohin Euer Herz oder Bauchgefühl Euch ziehen. Und habt auch den Mut, Euch weiterzuentwickeln, auch wenn es phasenweise unbequem scheint! Das Leben wird sprichwörtlich vorwärts gelebt, aber erst rückwärts verstanden.

Claudia Stadler



Gesucht: Studienproband*innen

Im Rahmen meiner Abschlussstudie bei der Deutschen Gesellschaft für Autosystemhypnose suche ich noch Klient*innen, die chronische, körperliche Erkrankungen oder Autoimmunerkrankungen mit Hypnotherapie nach Götz Renartz unterstützend angehen wollen. Auch Lern- und Konzentrationsstörungen vor Prüfungen oder eine hartnäckige Karriereblockade würde im Sinne eines Erfolgsmanagements gut in mein Arbeitskonzept passen. Die Fälle werden anonym in meiner laufenden Abschlussarbeit publiziert, ansonsten gilt die übliche therapeutische Dokumentations- und Schweigepflicht meinerseits.

Bei Interesse und der Einwilligung zur anonymen Fallveröffentlichung komme ich den Klient*innen, insbesondere Studierenden, mit Sonderkonditionen gerne entgegen. Voraussetzung ist die Bereitschaft zu mindestens drei Präsenzterminen in München, je nach Behandlungsziel, im Abstand von jeweils 3 bis 6 Wochen.

Zugleich läuft in Zusammenarbeit mit der LMU München gerade eine Hypnosestudie einer Kollegin über die Behandlung von klassischen Angst- und Panikerkrankungen. Wer daran teilnehmen möchte, kann mich ebenso gern unverbindlich ansprechen.

Mehr über mich: www.heilpraxis-stadler.de

Foto: privat