



A. J. Stäger
Institut für Energiearbeit

Modul 6

Ausbildung in Energiearbeit nach A. J. Stäger®

Inhaltsverzeichnis

Begrüssung.....	3
Inhalt.....	4
Ziele	4
Du brauchst	4
Aufgaben während dem Modul.....	4
Überblick über die einzelnen Teile von Modul 6.....	5
Üben und Austauschen im Modul 6	6
Impulse für deine Praxis	6
Vier Fragen.....	6
Berufsethische Grundsätze	7
Beispiel zur Aufnahme der Personalien	8
Informationen zu deinem Werbeauftritt.....	9
Informationen zu deiner Anmeldung für die Selbständigkeit.....	9
Eintrag auf gesund.ch und auf andreastaeger.ch	9
Repetition: Themenfindung und energetisches Gespräch.....	10

Begrüssung

Herzlich willkommen zum Modul 6!

Ich freue mich sehr auf diesen spannenden und tiefen Abschnitt mit dir.

Wir beginnen mit übergeordneten Themen wie dem Welt- und Menschenbild in der Energiearbeit, gehen dann über zur Frage nach Ethik und der eigenen Rolle und kümmern uns um die grossen Fragen der Verantwortung beim Behandeln.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der Sitzungsgestaltung: Was geschieht vor, während und nach einer Sitzung? Wie strukturiert man den Ablauf, wie kommuniziert man?

Ein weiteres zentrales Element dieses Moduls ist das Thema Selbstfürsorge und Selbstliebe. Nicht nur für die Arbeit mit Klient/innen, sondern auch in deinem privaten Umfeld und deiner persönlichen Praxis. Zum Schluss widmen wir uns deiner persönlichen Vision: kurz-, mittel- und langfristig. Wie möchtest du die Energiearbeit in deinen Alltag integrieren? Was ist deine ganz persönliche Verbindung dazu?

Das Modul 6 ist ein tiefgreifendes und nährendes Modul. Es geht darum zu verstehen, was wir tun, warum wir es tun und wie wir es tun, verbunden mit deiner gelebten Praxis. Ich wünsche dir einen wunderbaren Start und viel Freude mit den Inhalten.

Inhalt

- Grösserer Kontext der Aura und Energiearbeit, Entwicklung verstehen, Bewusstseinsentwicklung individuell und kollektiv.
- Was tun wir? Weshalb tun wir es? Wie entstehen Muster und wie können sie gelöst werden? Übergeordnete Ziele der Energiearbeit. Entwicklungszyklen und Heilungsrhythmen.
- Was ist Energiearbeit? Was ist ein/e Energetiker/in? Wer hat welche Verantwortung? Wer heilt? Was ist Heilung?
- Wie gestalte ich eine konkrete Begegnung im beruflichen Umfeld? Welchen Rahmen gebe ich einer Sitzung? Wie erkläre ich was ich mache? Themenfindung und Gespräch, was ist wichtig?
- Selbstliebe im ganzen Energiesystem was heisst das? Selbstfürsorge im Alltag und im Beruf.
- Vision privat und beruflich, stetige Weiterentwicklung, Neues ins Leben einladen. Weiterbildung und Austausch.

Ziele

- Klarheit gewinnen: Du als Fachperson - beruflich und privat.
- Entwicklung und Entfaltung verstehen.
- Authentizität beim Praktizieren und Anwenden.
- Sicherheit beim Anwenden der Energiearbeit.
- Selbstverständnis im Umgang mit Energiearbeit im Leben und in der Arbeit.

Du brauchst

- Zeit für dich
- Bei einigen Übungen einen Menschen, der dir Modell steht. Im Modul 6 machen wir Übungen in der Gruppe und du kannst dich gleichzeitig auch alleine in die Materie vertiefen.
- Evt. ein Tagebuch für deine Erfahrungen und Fragen.

Aufgaben während dem Modul

Zu jedem Modulteil gehören Aufgaben. Du findest sie im Selbststudiumsteil und bekommst sie auch als Aufgabe in den Montagmails. Besonders wichtig sind die Vorbereitungen für die Coachings. Bringe deine Vorbereitungen jeweils zum Coaching mit. Sie dienen uns als Grundlage fürs Gespräch und du kannst sie vor Ort ergänzen, erweitern und direkt in die Anwendung bringen.

Überblick über die einzelnen Teile von Modul 6

Teil 1: Weltbild und Menschenbild Zusätzliches Skript im Profil	Was tun wir? Weshalb tun wir es? Wie entstehen Muster und wie können sie gelöst werden? Übergeordnete Ziele. Entwicklungszyklen und Heilungsrhythmen. Entwicklung und Entfaltung begleiten.
Teil: Ethik und Rollen Zusätzliches Skript im Profil	Was ist Energiearbeit? Was ist ein/e Energetiker/in? Wer hat welche Verantwortung? Wer heilt? Was ist Heilung? Grenzen, Abgrenzung.
Teil 3: Sitzungsgestaltung Zusätzliches Skript im Profil	Wie gestalte ich eine konkrete Begegnung im beruflichen Umfeld? Welchen Rahmen gebe ich einer Sitzung? Wie erkläre ich was ich mache? Muss ich das? Themenfindung und Gespräch, was ist wichtig?
Teil 4: Selbstliebe und Selbstfürsorge Zusätzliches Skript im Profil	Selbstliebe im ganzen Energiesystem was heisst das? Selbstfürsorge im Alltag und im Beruf.
Teil 5: Vision und Alltag	Vision privat und beruflich, stetige Weiterentwicklung, Neues in das Leben einladen. Weiterbildung und Austausch.

Üben und Austauschen im Modul 6

Nutze das Modul 6 neben dem Wissenserwerb vor allem auch für den Austausch mit Mit-Lernenden. Gerade an diesem Punkt der Ausbildung ist Feedback und Austausch untereinander besonders wichtig.

Für deine Gesamtbehandlungen habe ich dir eine Sammlung von hilfreichen Impulse zusammengestellt. Wähle pro Behandlung 1 - 2 Punkte aus, je nachdem, wie einfach es dir fällt, einen zusätzlichen Fokus zu haben. Schreibe sie dir auf ein Papier und lege es neben die Liege oder stelle dir einen Wecker, der alle 10 - 15 Minuten klingelt, damit du dich an deinen zusätzlichen Fokus erinnerst.

Bei den 4 Fragen nimm jeweils eine pro Behandlung.

Impulse für deine Praxis

Ganz im Körper sein. Bist du ganz drin? Spürst du deine Füße? Spürst du deine Mitte?

Atmest du in den Bauch?

Bist du entspannt? Schultern? Arme? Kiefer? Becken? ...

Achte dich auf innere An- und Entspannung. Lasse etwas tiefer los.

Wie fühlen sich deine Hände an? Sind sie beweglich?

Wo ist dein Bewusstsein? Im Kopf? Bauch? Herz?

Wie konzentrierst du dich? Weich? Hart? Versuchst du etwas festzuhalten? Dann lasse sanft los und komme zurück in die Wahrnehmung.

Stille zulassen in dir drin.

Pausen zulassen beim Behandeln und Beobachten was im Energiefeld drin passiert.

Vier Fragen

„Energie wahrnehmen bedeutet nicht für den anderen wahrzunehmen, sondern jemanden zu unterstützen, damit er sich wieder selber wahrnehmen kann.“

Nutze die 4 Fragen für deine Reflexion während und nach der Arbeit. Deine Antworten werden sich im Verlaufe der Zeit wandeln, und du wirst dich selber und den Prozess dadurch immer besser verstehen. Diese Fragen gehören zu den Teilen 2 und 3 von Modul 6. Insbesondere geht es dabei um deine Rolle als Energetiker/in und um deine Verantwortung, respektive darum, was deine Verantwortung ist und was nicht, was du wissen kannst und was nicht u.v.m.

Wähle jeweils eine Frage pro Behandlung.

Was passiert in mir drin?

Selbstbeobachtung. Werde dir bewusst, welche Prozesse beim Behandeln in dir drin ablaufen.

Was passiert im Gegenüber?

Das kannst du natürlich nicht wirklich wissen, aber du kannst beobachten und vermuten und dies auch formulieren, indem du z.B. offene Fragen stellst oder nachfragst, was gerade passiert und dir beschreiben lässt, was im anderen drin passiert.

Wo wollen wir hin? Was ist das Ziel?

Was ist meine bewusste und unbewusste Intention/Motivation für das, was ich mache?

Berufsethische Grundsätze

Als Energetiker/in behandle ich nur mit Auftrag und im Rahmen dieses Auftrags und verwende Techniken, die ich beherrsche.

Als Energetiker/in kommuniziere ich ehrlich und kenne den Unterschied zwischen Beraten und Begleiten.

Als Energetiker/in begleite, fördere und unterstütze ich die Eigenverantwortung, Selbstbestimmung und Autonomie meiner Klienten und Klientinnen.

Als Energetiker/in behandle ich meine Klienten und Klientinnen respektvoll und wertfrei und bewahre Stillschweigen über das, was mir anvertraut wird. Ich halte mich an die Bestimmungen betreffend Datenschutz.

Als Energetiker/in ist mir bewusst, dass ich begleite, die Selbstheilungskräfte eines Menschen anrege und ihm helfe, in seine Ordnung zurückzukehren. Die Transformation geschieht im Menschen selber. Ich mache keine Heilungsversprechen und stelle keine Diagnosen.

Als Energetiker/in anerkenne ich andere Formen der Behandlung und Begleitung und bin bereit, mit anderen Fachleuten zusammenzuarbeiten. Ich empfehle Klienten, die medizinische Hilfe oder eine andere Art der Begleitung in Anspruch nehmen, dies weiterhin zu tun oder, wenn es angezeigt ist, eine solche in Anspruch zu nehmen.

Als Energetiker/in bilde ich mich regelmässig weiter und nehme, wenn nötig, Unterstützung in Anspruch. Ich bin mir bewusst, dass auch ich nicht ohne Filter, Prägungen und blinde Flecken bin, reflektiere dies und löse meine Aufgaben des Lebens.

Beispiel zur Aufnahme der Personalien

Personalien

Name	
Vorname	
Strasse, Hausnr.	
PLZ, Stadt	
Telefon	
E-Mail	
.....	

Zu Ihrer Information

- Der Stundenansatz beträgt ... Franken. Eine Behandlung dauert in der Regel ... Minuten.
- Für Termine, die weniger als ... Stunden vor der Sitzung abgesagt werden, wird ... verrechnet.
- Energiearbeit geschieht auf eigene Verantwortung und ersetzt keine medizinische, psychotherapeutische oder anderweitige Behandlung. Oder eine andere ähnliche Information.
- ...anderes was für dich wichtig ist, evt. etwas zum Datenschutz oder wie die Daten gespeichert werden ...
- evt. Infos zum Ablauf der Sitzung

Ich habe die Informationen gelesen und bin einverstanden.

Datum:

Unterschrift:

Informationen zu deinem Werbeauftritt

Wenn du Energiearbeit anbieten möchtest, ist es wichtig, dass die Menschen aufmerksam auf dich werden. Die beste Werbung sind aus meiner Erfahrung zufriedene Kundinnen, die dich weiter empfehlen. Zusätzlich dazu gibt es aber noch viele weitere Möglichkeiten. Was für viele Menschen gut funktioniert, ist eine Webseite. Diese kann ganz einfach sein. Die Webseite ist deine online Visitenkarte von dir und deiner Arbeit. Alternativ oder zusätzlich lohnen sich auch heute noch Flyer und Inserate. Eine gute Möglichkeit sind auch Therapeuten-Plattformen und online Verzeichnisse, bei welchen man ein persönliches Profil anlegen kann. Weitere Möglichkeiten, um auf dich aufmerksam zu machen, sind Vorträge, Ausstellungen, Messen oder einen Tag der offenen Türe in deiner Praxis. Wenn du bereits Kunden hast und ihnen Nachrichten per Mail senden darfst, dann schicke ab und zu einen Newsletter mit z.B. Neuigkeiten, Sonderangeboten, Öffnungszeiten während Ferien, Tag der offenen Türe, Jubiläum usw.

Wenn du Flyer erstellst oder deinen Webauftritt gestaltest, ist es wichtig, darauf zu achten, wie du die Dinge formulierst. Als Energetiker/in darfst du keine Diagnosen stellen, keine Heilungsversprechen abgeben und darfst auch nicht damit werben. Aussagen wie „Hilft bei ...“, „Heilt ...“, „lindert ...“ usw. sollten deshalb nicht verwendet werden, und es darf keine garantierte Wirkung versprochen werden. Verboten ist zudem das Bewerben von Indikationen, für die es eine medizinische Diagnose braucht. Bei der Beurteilung von Texten gilt generell: Es ist entscheidend, wie der Durchschnittsadressat/in die Aussage wahrnimmt und interpretiert. Formuliere deine Angebote ehrlich, transparent und im Rahmen deiner Fähigkeiten, ebenso die Preise und Konditionen.

Informationen zu deiner Anmeldung für die Selbständigkeit

Sobald du beginnst, Einnahmen mit deiner Arbeit zu erzielen, bist du ab einem bestimmten Einkommen verpflichtet, dich bei der SVA deines Kantons anzumelden. Die Höhe des Betrages ist dabei kantonale unterschiedlich. Erkundige dich bei der SVA deines Kantons, ab welchem Betrag du dich anmelden musst.

Wenn du beruflich mit Energiearbeit arbeitest, brauchst du unter Umständen auch Versicherungen. Dies ist z.B. eine Berufshaftpflichtversicherung und u.U. eine Betriebshaftpflichtversicherung. Lasse dich am besten beraten, bevor du entscheidest, welche Versicherungen du möchtest und brauchst.

Eintrag auf gesund.ch und auf andreastaeger.ch

Nach deinem Abschluss zum/zur Energetiker/in nach A. J. Stäger, kannst du dich bei uns auf der Webseite in unser Verzeichnis eintragen lassen. Viele Menschen suchen nach ausgebildeten Energetikerinnen und wir verweisen regelmässig auf unser Verzeichnis (<https://www.andreastaeger.ch/ausbildungsabganger>). Seit Juli 2025 gibt es zusätzlich die Möglichkeit, sich bei [gesund.ch](https://www.gesund.ch) ein Profil zu erstellen und die Methode „Energiearbeit nach A. J. Stäger“ als Behandlungsmethode einzutragen (<https://www.gesund.ch/methode/280>).

Repetition: Themenfindung und energetisches Gespräch

Die Themenfindung ist für viele Menschen ein Training für sich. Oft dauert es mehrere Jahre, bis man seinen Stil gefunden hat. Sich mit der Themenfindung besser auseinanderzusetzen bringt viele Vorteile, sowohl im persönlichen Wachstum wie auch im beruflichen Selbstverständnis. Wichtig ist, dass man von Anfang an den Druck rausnimmt. Versuche nicht, jemand anderes sein zu wollen, als du bist. Starte genau da, wo du stehst, mit dem, was du weisst. Sprich mit verschiedenen Personen, sowohl Übungspersonen wie auch Austauschpartnerinnen. Lasse dir Feedback geben und reflektiere dich selber. Wie fühlst du dich beim Gespräch? Was macht es mit dir? Wo fühlst du dich sicher? Wo nicht?

Um das Thema zu finden, ist es wichtig, ganz im Körper zu sein und von der inneren Haltung her möglichst wertfrei dem anderen Menschen zu begegnen. Es fühlt sich an wie ein tiefes inneres Loslassen, und es geht darum, dass du ganz da bist, wenn du begleitest. Versuche so lange zuzuhören und so lange nachzufragen, bis du weisst und spürst, um was es geht.

Wenn zwei Menschen sich begegnen, treffen sich zwei Energie- und Bewusstseinsfelder. Das bedeutet, es treffen sich zwei Welten, zwei Meinungen und zwei Interpretationen. So verknüpft z.B. jede Person andere Bilder, Gedanken und Gefühle mit einem bestimmten Begriff oder einem Thema. Je mehr Öffnung bei beiden Beteiligten stattfindet, umso mehr werden die beiden Felder füreinander zugänglich. Sie treffen sich und gleichen sich im Gespräch an, so wird Verständnis möglich. Als Behandlerin fragt man so lange nach, bis beiden klar ist „Aha genau das.“ Die Formulierung muss für die Klientin stimmen und kommt aus der Klientin heraus.

Dies kann natürlich auch ein ganz kurzes Gespräch sein. Wenn von Anfang an beiden klar ist, um was es geht, kann es losgehen. Eine Kursteilnehmerin hat in ihrer Arbeit geschrieben: „Ich erkannte, dass ich im Gespräch nicht die unterliegende Thematik an die Oberfläche bringen muss. Wenn hier und jetzt die grösste Erleichterung die Veränderung der Ungewissheit des Bauches ist, ist es so.“

Ob sich jemand öffnen kann, wird dadurch bestimmt, ob sich die Klientin mit der Gesprächssituation wohl und angenommen fühlt und sich auch gehört und gesehen fühlt. Manchmal ist es so, dass es eine Weile dauern kann, bis sich eine Person öffnet, und es gibt auch Sitzungen, wo dies gar nicht passiert. Als Behandlerin kann man den bestmöglichen Rahmen dafür schaffen, und trotzdem kann es sein, dass sich die andere Person nicht öffnen möchte. Das gehört auch dazu. Respektiere dies und versuche nicht, jemanden an einen Ort zu drängen, wo er nicht hinmöchte. Löse dich auch von Vorstellungen, wie es sich anfühlen soll, wenn jemand sich öffnet.

Damit ein Thema an die Oberfläche steigen kann, braucht es Raum, und dieser entsteht zuerst in deiner Präsenz, dann im Inneren der Klientin und dann in der Thematik.

Viele Themen sind vielschichtig oder sie gehören zu einem ganzen Cluster von Themen. Es ist fühlbar und sichtbar, dass die Themen einen Zusammenhang haben. Gearbeitet wird trotzdem mit einem Thema, und dieses ergibt sich aus dem Gespräch. Besonders wichtig ist die Verbindung des Klienten zu seinem Thema. Der Wunsch nach Freiheit und die Motivation zur Veränderung des Klienten sind ausschlaggebend. Wenn das Thema energetisch „griffig“ ist, dann ist dies fühlbar, hörbar und sichtbar.

1. Was ist ein Thema energetisch (siehe auch erstes Wochenende und Videos)?

- Blockiertes Potential auf ph/e/m/sp.
- Blockierte Energie, die von früher kommt und die Gegenwart und/oder die Zukunft eines Menschen individuell empfunden hinderlich beeinflusst.

Warum und wie unsere schöpferischen Energien blockieren

- Durch negativ empfundene Ereignisse wird der Energiefluss energetisch und zeitlich unterbrochen, wenn das Ereignis nicht ganz verarbeitet werden kann (ph/e/m/sp).
- In diesem Fall kristallisiert, blockiert und verhärtet sich die Energie. Die Entwicklung von Energie und Bewusstsein bleibt dadurch in diesem Teil des Energiefeldes stehen. Es bildet sich ein festes Energiemuster, welches Denken, Fühlen und Handeln prägt. Es entsteht ein an Zeit und Geschichte gebundener Bewusstseinsanteil.
- Die Lösung ist die Erlösung im Moment. Die Geschichte darf energetisch und gefühlt Geschichte sein und die negative Auswirkung auf das Jetzt wird transformiert. Hier und jetzt ganz da sein und leben.

Was passiert, solange ein Thema im Bewussten und Unbewussten noch aktiv ist?

- Trifft eine Energie von aussen auf das Energiefeld und triggert das alte, kristallisierte Muster, wird der ursprüngliche, noch nicht ganz ausgeheilte Schmerz wieder erlebt. Durch die nicht ausgeheilte Geschichte erlebt man gleichzeitig den Schmerz aus der Vergangenheit, erhofft sich von der Zukunft eine Lösung und es fehlt die Kraft, um in der Gegenwart neu zu reagieren, obwohl man vielleicht das Problem bereits erkannt hat.
- Um den Schmerz nicht mehr zu spüren und aus Angst, sich wieder nicht helfen zu können, wird das Muster oft wieder verdrängt.

In diesen erstarrten Energiemustern ist der Schlüssel zu Heilung, zu Transformation, Glück und Gegenwärtigkeit und damit zu Freiheit und Frieden.

- Viele Themen sind vielschichtig oder sie gehören zu einem ganzen Cluster von Themen. Es ist fühlbar und sichtbar, dass die Themen einen Zusammenhang haben. Gearbeitet wird trotzdem mit einem Thema, und dieses ergibt sich aus dem Gespräch. Besonders wichtig ist die Verbindung des Klienten zu seinem Thema. Der Wunsch nach Freiheit und die Motivation zur Veränderung des Klienten sind ausschlaggebend. Wenn das Thema energetisch „griffig“ ist, dann ist dies fühlbar, hörbar und sichtbar.

2. Generelles energetisches Gespräch

- Einen sicheren Raum schaffen für Veränderung und Entfaltung. Dies geschieht vor allem durch deine Präsenz und deine innere Sicherheit und Stabilität. Dazu ist unter anderem deine Vorbereitung vor der Sitzung wichtig und deine eigene tägliche Praxis. Was du selber erfahren hast und praktizierst, kannst du weitergeben und anleiten.
- Vertraue in dich selber und vertraue in das Energiesystem und das Bewusstsein vom anderen. Ursache und Lösung liegen im Energiesystem deines Gegenübers verborgen.
- Auf Augenhöhe sein. Du musst es nicht wissen und auch nicht besser wissen. Verantwortung da, wo sie hingehört.

- Erinnere dich: Energie wahrnehmen heisst nicht, für den anderen wahrzunehmen, sondern ihn zu begleiten, dass er sich selber wahrnehmen kann.
- Es gibt nicht das eine Thema, das man finden muss. Es gibt immer verschiedene Formulierungen und Zugänge zu der aktuellen Thematik. Wichtig ist, dass es für die Klientin stimmt und die Behandlerin weiss, worum es geht (energetisch). Beide wissen energetisch und vom Bewusstsein her, um was es geht.
- Ziel: Der andere Mensch kann sich mit seinem Inneren verbinden, sich selber spüren und wahrnehmen. Da kommt das Thema her.

3. Die Geschichte und das Thema in der Gegenwart

- Es ist nicht die Geschichte, die ausschlaggebend ist, und trotzdem ist sie wichtig. Manchmal kann ein Mensch bereits dadurch loslassen, weil seine Geschichte ohne Beurteilung gehört wird und einen Platz bekommt. Energiearbeit bietet den Raum, endlich etwas auszudrücken und sich selber eine Sprache zu geben, ohne dass es interpretiert, analysiert und bewertet wird. Transformation geschieht immer dann, wenn wir die Geschichte mit aller Achtung, Respekt und Liebe für unser früheres Ich hinter uns lassen dürfen und ganz ins Jetzt zurückkehren. Es ist eine Form von „annehmen was ist“. Dies ist der Start von allem.
- Es gibt Themen, da gibt es keine grosse Geschichte dazu.
- Wichtig ist: Was ist vom Erlebnis übrig geblieben? Es ist immer die Frage „Was macht es heute mit mir, was ist heute noch fühlbar?“. Frage z.B.: „Und was macht das mit dir?“ „Wie fühlt es sich in dir drin an?“ „Wo in dir drin spürst du das?“ ...Was möchtest du?...
- Trainiere dich im energetischen zu-Hören. Welche Worte haben Ladung?
Erinnere dich, dein ganzer Körper ist ein Wahrnehmungsinstrument.

4. Miteinander sprechen

- Mit Fragen den „Raum“ formen, um den Menschen in die Tiefe zu begleiten, wenn dies sinnvoll ist. Wie gesagt, manchmal ist das Thema auch in kurzer Zeit formuliert.
- Fragen sind wie Lupen oder Stopp-Momente. Normalerweise gehen wir schnell weiter, wenn es unangenehm wird. Durch die Fragen (offene Fragen) wird die Möglichkeit geschaffen, das Innere genauer zu erforschen und genau zu betrachten.
- Jedes Wort mit einer Ladung ist ein Tor. Manchmal kann man es betreten, manchmal nicht. Dein Gegenüber wird es dir mit seinen Antworten sagen.
- Bei körperlichen Themen sind natürlich auch ganz andere Fragen wichtig. Z.B. hast du es medizinisch abgeklärt? Seit wann hast du xy? usw. Bei Körperthemen geht es nicht unbedingt darum, herauszufinden, was weiter damit zusammenhängt. Manchmal ergibt sich das, manchmal auch nicht. Nicht jede Person möchte über ihr Gefühlsleben sprechen.
- Wenn jemand mit seinen Gefühlen und Empfindungen in Kontakt kommt, gehen häufig ganze Fässer von Themen auf. Versuche, eine Balance zu finden zwischen verschiedene Themen zulassen und den Menschen an den Rahmen der Sitzung zu erinnern. Es ist nicht möglich, alle Themen auf einmal zu bearbeiten.
- Grenzen ansprechen, z.B. vom Zeitrahmen her. Was ist möglich in einer Sitzung?
Es kann hilfreich sein, Notizen zu machen.

5. Inspiration für mögliche Fragen während dem Gespräch, wenn eine weitere Klärung nötig ist

- Was macht das mit dir? (Was macht es ph/e/m/sp mit dir?)
Was erzeugt das für ein Gefühl?
Was wäre, wenn sich dies verändert, transformiert oder auflöst?
Wo in dir drin spürst du das?
Wenn du an ... denkst, was macht das mit dir?
Was ist dir heute wichtig?
Wovor (Angst wovor)? Wovon (Loslassen wovon/von was)? Diese Fragen sind sehr hilfreich und führen tiefer ins Fühlen und konkretisieren.
Was genau blockiert dich?
Wenn du einen Wunsch frei hättest, was würdest du dir wünschen? Was wäre die grösste Erleichterung/Erlösung?
Möchtest du das?
In 2 Sätzen zusammengefasst, was ist dein Thema?
- Manchmal ist es hilfreich, die aktuelle Situation im eigenen Leben und in den eigenen Gefühlen zu betrachten und sich zu fragen: „Was wünsche ich mir stattdessen?“ Wenn du weisst, was du dir wünschst, dann frage dich: „Was in mir steht dem entgegen? Was hält mich davon ab, es einfach zu tun?“ Was ist das stärkste blockierende Gefühl?
- ...und ganz viel mehr.
- Lasse dich von deiner Intuition leiten! Es gibt nicht die eine Fragetechnik. Strategisch denken nützt hier nichts. Manchmal ist das Thema vom Wortlaut her total unlogisch, energetisch aber griffig und „energetisch logisch“, und manchmal braucht es fast gar keine Fragen, weil das Thema von Anfang an klar ist.
- Manchmal ergibt es sich, dass man etwas vorschlagen möchte. Da können Formulierungen wie: Darf ich dir einen Vorschlag machen, könnte es sein, dass ... ich habe beobachtet, dass ... dein Körper hat beim Sprechen xy gemacht, was war das? Ich habe gehört, dass ...

6. Zeitfaktor beachten

- Die Fragen entsprechend stellen, z.B. wir haben nun 3/4/6 Themen, welches möchtest du heute anschauen? Was von alledem möchtest du heute anschauen? Was ist dir heute wichtig? Wenn du einen Wunsch frei hättest, was würdest du dir wünschen? Was wäre die grösste Erleichterung/Erlösung?
- Notizen machen und dadurch Themenvorschläge machen, aber nur wenn nötig. Wichtig ist, dass die Klientin wirklich eine Verbindung zum Thema hat und der Wunsch nach Veränderung da ist. Strategisch denken bringt hier keinen Vorteil.

7. Testen

Überprüfe das, was wirklich das Thema war! Z.B. die konkrete Angst überprüfen und die anderen Begriffe, die du dir aufgeschrieben hast und zum Thema gehören. Manchmal vergessen die Menschen sehr schnell und schweifen sofort zum nächsten oder einem damit verknüpften Thema.

Teste Schritt für Schritt, so wie es sinnvoll ist für die Behandlung. Wenn das jemand nicht möchte, respektiere auch dies.

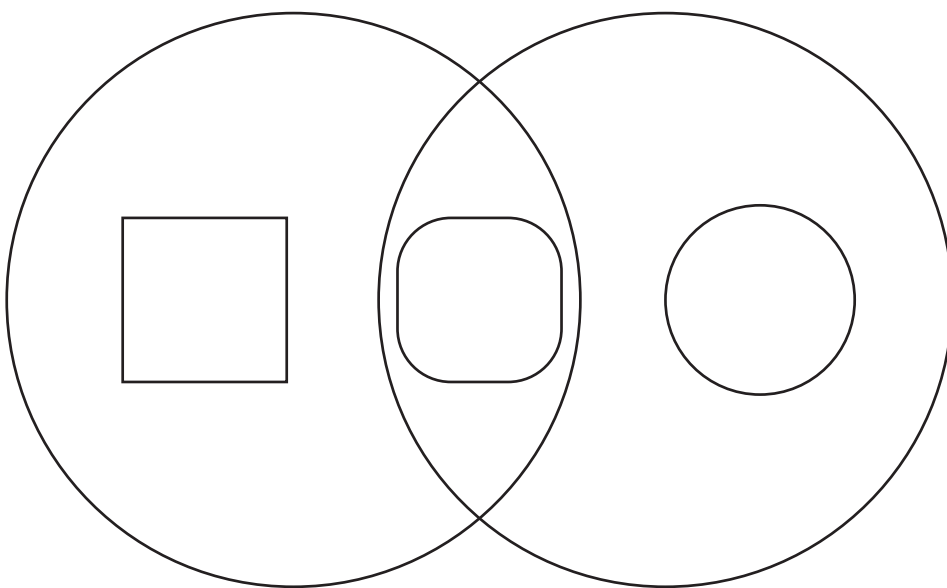
Wenn noch etwas nachrutscht beim Testen, schaue auf die Zeit, evt. könnt ihr noch eine Schicht bearbeiten.

8. Muss das Thema weg?

Wichtig ist, sich bewusst zu machen, dass es nicht darum geht, dass ein Thema weg muss (das ist ein Paradox, denn natürlich wünscht man sich ja genau dies). Das Thema darf transformiert und integriert werden, und das passiert in der Klientin und in deren Rhythmus und Plan. Alles, was die Energie von „weg“, Widerstand und Kampf in sich trägt, blockiert meistens die Transformation. Manchmal sind dies aber auch wertvolle Phasen, z.B. dass jemand Widerstand oder Kampf in sich erfahren kann.

Im Annehmen und Anerkennen des Jetztzustands wird es möglich, sich auf das auszurichten, was man wirklich möchte, ohne etwas in sich selber verneinen oder abtrennen zu müssen. Diese Prozesse durchlaufen wir alle immer wieder, und es hilft, wenn man selber mit seinen eigenen Themen im Prozess bleibt. Denn dadurch versteht man auch, was unter Umständen im anderen abläuft.

Energiearbeit hat nicht zum Ziel, dass keine „negativen“ Gefühle oder keine Herausforderungen im Leben mehr da sein sollen. Das ist eine Illusion und in den meisten Fällen äusserst ungesund und stressig. Das Leben bringt uns alles, vom Angenehmsten bis zum Unangenehmsten, und die grosse Frage ist, was machen wir damit? Wie können wir auch den Herausforderungen begegnen und sie nutzen, um daran zu wachsen? Und wie können wir alte, unterbrochene Heilungszyklen vervollständigen und dadurch frei werden? Wenn wir dies praktizieren, gibt es uns die Erfahrung, dass wir früher oder später mit allem umgehen können, was das Leben uns bringt, und keine Angst mehr haben müssen, uns selber zu spüren.



Hinweis Copyright

Die Konzeption der Ausbildungsreihen und der Onlinekurse sowie sämtliche schriftlichen Unterlagen und Bilder bzw. Video- oder Tonaufnahmen der Ausbildung, Vertiefungen und Onlinekurse sind und bleiben im alleinigen und ausschliesslichen Eigentum von Andrea Janina Stäger. Die Vervielfältigung, Veröffentlichung und Verbreitung, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Genehmigung von Andrea Janina Stäger verboten.