

SYBILLE DISSE

# Probierskript

**Gesundheit | Medizin | Psychotherapie**

# Impressum



**PROBIERSKRIPT – GESUNDHEIT | MEDIZIN | PSYCHOTHERAPIE**

**VERLAG:** Bookmundo

**AUFLAGE:** I. Auflage

**SITZ DES VERLAGES:** Rotterdam **SPRACHE:** Deutsch

© 2023: Sybille Disse

**ISBN:** Softcover: 978-9403670447 | Hardcover: 978-9403670454 | E-Book: 978-3756520077

Das Werk (einschließlich seiner Teile) ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und der Autorin unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

**MEDIZINWISSEN MIT KONZEPT | SYBILLE DISSE**



Am Gewerbehof 12 | 18347 Dierhagen (Ostseebad)



+49 800 0004650 (AB)



[info@sybille-disse.de](mailto:info@sybille-disse.de)



<https://www.sybille-disse.de/>

**VERANTWORTLICH FÜR DEN INHALT:** © Sybille Disse | Dierhagen

<https://www.sybille-disse.de/>

**FONTS & ICONS:** © Michel Lun | Paris

<http://www.peax-webdesign.com/>

**GRAFIKDESIGNTOOL:** © Canva | Sydney

<https://www.canva.com/>

**ILLUSTRATION/JACOB-ZEICHNUNGEN:** © Sven Hartmann | Zürich

<https://www.kater-jacob.de/>

**VERLAG:** Mijnbestseller Nederland B.V. | Delftestraat 33 | 3013AE Rotterdam

**bookmundo**



**PUBLISHED IN GERMANY**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet die Titel von Sybille Disse in der Deutschen Nationalbibliografie, detaillierte bibliografische Daten sind unter <https://www.dnb.de/> abrufbar.

**BENUTZERHINWEIS**

Medizinische Erkenntnisse unterliegen einem steten Wandel. Herausgeberin und Autorin dieses Werkes bemühen sich intensiv, dem aktuellen Wissensstand zu entsprechen. Dies entbindet den Benutzer nicht von seiner Sorgfaltspflicht.



# Probierskript

ANLEITUNGEN | SCHNITTMUSTER | INSPIRATIONEN

In diesem Lernskript haben Sie die Gelegenheit, in die Lernthemen hineinzuschnuppeln, alles in Ruhe auszuprobieren und unsere Art der Wissensvermittlung kennenzulernen. Und jetzt legen Sie los und viel Freude beim Lernen!



## DER ZAUBER DES ANFANGS...

Wenn Sie mit etwas neu beginnen stellt sich unweigerlich dieses tolle Gefühl von Frische, Loslassen und ein Prickeln ähnlich wie beim Verliebtsein ein. Die Hoffnung, etwas Sinnvolles zu erlernen, was Sie weiterbringt, ganz persönlich.



## IN DIESEM SKRIPT AUF DER SPEISEKARTE

Wir servieren Ihnen in dieser Lektion zum Einstieg die Berufsbilder HP, HPP & GC. Wir beschäftigen uns damit, warum ein Klient bzw. Patient zu Ihnen kommt, lernen erste Inhalte der Anatomie (Bau des Menschen) kennen und besprechen, wie Sie Ihr Lernen organisieren können.

## BONUS: E-Learning

**viel Freude beim Lernen!**

### SIE KÖNNEN SOFORT LOSLEGEN!

Vorher sollten Sie Folgendes erledigen:

- Bereiten Sie sich eine schöne Tasse Tee/Kaffee und stellen ein Glas Wasser bereit.
- Nehmen Sie Ihren Lieblingsstift zur Hand und falls Sie (noch) keinen haben, besorgen Sie sich bitte den allerschönsten Stift, der Sie zum Lernen animiert. Ganz wichtig!
- Freuen Sie sich aufs Lernen und lassen Sie die Lernzeit zur schönsten Zeit Ihres Lebens werden!



«Jeder Tag ist ein kleines Leben!

Das heißt,

ein zu bewältigendes Angebot

und nicht ein Berg,

den wir nicht übersteigen können.»

(unbekannt)



# Inhaltsverzeichnis

Impressum .....	2
Inhaltsverzeichnis .....	5
Begrüßung .....	6
Zauber des Anfangs.....	6
Stundenplan .....	7
Eingangsfrage.....	7
Einführung .....	8
Lerneinheit 1 .....	12
Lerneinheit 2 .....	30
Lerneinheit 3 .....	39
Lerneinheit 4 .....	52
Praxisbaustein.....	64
Wiederholung.....	66
Lernübersicht .....	70
Fragenkatalog .....	70
Abschlussfrage.....	70
Lernzielkontrolle .....	71
Glossar.....	72
Kreuzworträtsel .....	74
Literaturverzeichnis.....	76
Checkliste .....	77
BONUS .....	78

# Begrüßung

## ZAUBER DES ANFANGS



Lieber Leser:in,

Wenn Sie mit etwas Neuem beginnen, stellt sich unweigerlich dieses geniale Gefühl von Frische, Loslassen (ein Prickeln, ähnlich wie beim Verliebtsein ein). Die Hoffnung, etwas Sinnvolles zu erlernen, was Sie weiterbringt, ganz persönlich. Wir freuen uns riesig, dass Sie heute unser Proberskript betrachten. Mit unserem Lernkonzept möchten wir einen neuen Standard in der Vorbereitung von Heilpraktikern (HP), Heilpraktikern im Bereich der Psychotherapie (HPP) und Gesundheitscoaches (GC) sowie Psychologischen Beratern (PB) setzen.

Die Idee zu diesen Lernskripten entstand im Jahre 2017. Zunächst einmal musste sich alles finden und auch einiges ausprobiert und zurechtgerückt werden. Herausgekommen ist ein innovatives Lernkonzept. Das Lernen findet hauptsächlich online statt. Sie haben natürlich auch die Möglichkeit, sich sämtliche Materialien herunterzuladen und kapitelweise auszudrucken. Ich persönlich arbeite ebenfalls sehr gerne mit Papier und empfehle Ihnen unbedingt, die Lernskripte zu «bearbeiten», darin Unterstreichungen vorzunehmen, Notizen rein zu kritzeln, Fragen zu beantworten und Aufgaben zu lösen. Auch für die Onlinebearbeitung gibt es mittlerweile tolle Zeichenblock-funktionen. Malen Sie gerne im Skript herum und arbeiten aktiv damit.

6

Sie können bei uns mitmachen und den [Premium-Plan \(Lernabo\)](#) oder [VIP-Plan \(Einmalzahlung\)](#) buchen. Die Lernskripte können von Ihnen in 24 Monaten absolviert werden (eine kürzere oder längere Lerndauer ist natürlich ebenfalls möglich). Alternativ können Sie als Lerngast die Lernskripte einzeln erwerben (als Softcover, Hardcover oder E-Book). Hinweise zum begleitenden Onlinekurs sowie den Webinaren finden Sie am Ende dieses Lernskripts.



Schauen Sie sich das Proberskript in Ruhe an. Arbeiten Sie damit und versuchen, ein Gefühl für den Lernstoff zu bekommen. Stellen Sie Fragen an die Weiterbildung («Was lerne ich damit?» bzw. «Wo bringt mich das hin?») und genießen Sie die Lernzeit. Am Ende sind Sie sich jedenfalls sicher, welches Lernziel für Sie passend ist.



Ein Wort in eigener Sache: Nach einer Nasen-Operation (mit Komplikationen) in 2014 und einem Unfall (Hundebiss mit Folgen) in 2016 freue ich mich, dass es mir heute bereits wieder so gut geht (ich kann laufen und sprechen!). Jedoch gibt es auch Tage und Zeiten, an denen es mir nicht so gut geht und ich mich ausruhen muss. Dies ist zu berücksichtigen. Ich freue mich sehr, mein Wissen an Sie weiterzugeben und möchte Ihr Lernen mit meiner Fachkompetenz, Liebe zur Struktur sowie kreativen Momenten begleiten.

*Herzlichst Ihre Sybille Disse*

# STUNDENPLAN

HIER IST DER LERNPLAN FÜR DIESES SKRIPT (ALS EMPFEHLUNG FÜR IHR LERNEN)

MONTAGS	LERNEINHEIT 1	Berufsbilder HP, Heilpraktiker für Psychotherapie, GC
DIENSTAGS	LERNEINHEIT 2	Medizinisches Grundwissen: Die Körpersysteme
MITTWOCHS	LERNEINHEIT 3	Entscheidung zur Therapie
DONNERSTAGS	LERNEINHEIT 4	Lernen organisieren
FREITAGS	WIEDERHOLUNG	<b>Praxisbaustein:</b> Flüssigkeitshaushalt & Lerngetränk «Orangenflip»

## Eingangsfrage

STELLEN SIE SICH ZU BEGINN DIESES SKRIPTES EINMAL DIE FOLGENDE FRAGE:

WAS MUSS IN DIESEM SKRIPT PASSIEREN,  
DAMIT SICH DAS LESEN FÜR SIE GELOHNT HAT?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

# Einführung

## WAS «SICH KÜMMERN» UND «INSPIRATIONEN» MIT MEDIZINBERUFEN ZU TUN HABEN...

- 🔗 Sich kümmern = sich einer Person oder Sache annehmen; sich helfend sorgend um jemanden, etwas bemühen
- 🔗 Inspiration = schöpferischer Einfall, Gedanke; plötzliche Erkenntnis; erhellende Idee, die jemanden besonders bei einer geistigen Tätigkeit weiterführt; Erleuchtung, Eingebung

Lernen Sie, wie Sie sich professionell um Menschen kümmern. Lassen Sie sich dabei von uns begleiten und inspirieren!

Die Idee zu dieser kleinen **Einführung** kam mir beim Gedanken an ein Gespräch mit einem älteren Herrn. Vor einiger Zeit berentet (seine Frau ist bereits verstorben), kümmert er sich nun um Menschen, denen es schlechter geht als ihm. «Ich bin ein Kümmerling!» war einer seiner ersten Sätze in unserem Gespräch. Er meinte damit nicht den Alkohol in kleinen Flaschen, sondern dass er seinen (Lebens-) Sinn darin gefunden hat, für andere da zu sein (und das nicht gegen Entgelt oder im Rahmen einer karitativen Einrichtung, sondern einfach so!).

Wie kommt er zu so einer **Einstellung**? Nun, der Mann im Alter von 65 Jahren hat beruflich Zeit seines Lebens mit Menschen zu tun gehabt. Er war beim Arbeitsamt tätig, erzählt er mir. Und er hat viel erlebt, was ihm persönlich schmerzlich gefallen und womit er nicht klargekommen ist. Nun ist er berentet. Es folgte erst mal eine schwierige Zeit. Er wusste oft nichts mit sich anzufangen, hat sich Menschen nach Hause eingeladen, für sie gekocht (und das kann er wirklich gut). Irgendwie war es aber noch nicht das Richtige. Als eine Nachbarin ins Krankenhaus musste und niemanden hatte, der ihr eine Tasche bringt, die Blumen gießt, sich um ihr Haus kümmert, war er zur Stelle. Er war einfach für sie da und hat die notwendigen Dinge (Post aus dem Briefkasten nehmen, ein Duschgel und etwas Obst besorgen) übernommen. Einfach, weil er es gerne getan hat. Die Nachbarin hat ihn dann zu einem Kaffee in der Krankenhausaufeteria eingeladen und beide haben sich 2 Stunden angeregt miteinander unterhalten. Anschließend ging es beiden besser.

Sie, als (angehende:r) Heilpraktiker:in für Psychotherapie bzw. werdende:r Gesundheitscoach & Heilpraktikeranwärter:in, werden sich im Rahmen Ihrer zukünftigen Tätigkeit **professionell um andere Menschen kümmern** und für Sie da sein (wobei dies auch seine Grenzen hat, worüber wir schon sehr bald sprechen werden). Das Thema «Helfersyndrom» und auch «Abgrenzung» sind sehr wichtig.

Hierzu möchte ich Ihnen gern eine weitere Geschichte erzählen, die ich in einer Suchtklinik als Nachtwache und Wochenendbereitschaft erlebt habe.