

DAS SYSTEM, DAS DEINE THERAPIE
WIRKLICH ERFOLGREICH MACHT!

VORTRAG 2

Praxisführung & Compliancetypen

„Patientinnen erfolgreich führen“

Inspiration zur täglichen Praxisarbeit

SEMINAR
Lounge — by Marie Greff & Experts

EMPATHIE
&
EXPERTISE

Über 25 Jahre Erfahrung in
ganzheitlicher Medizin,
Naturheilpraxis & Pharmazie!



EVIDENZ
&
ERFAHRUNG

Erfahrungsheilkunde und
moderne Forschung für
nachhaltige Fortbildungen!



EXCELLENZ
&
ERKENNTNISSE

Vom Lernen zum Können!
Wir machen Fachwissen sofort
anwendbar!



Unsere Werte sind dein Mehrwert

SEMINAR
Lounge — by Marie Greff & Experts

Haftungsausschluss

Alle hier dargestellten Informationen dienen ausschließlich der Information und allgemeinen Weiterbildung für medizinische Fachkreise!

Diese Präsentation erhebt weder einen Anspruch auf Vollständigkeit, noch kann die Aktualität, Richtigkeit und Ausgewogenheit der dargebotenen Information rechtlich garantiert werden.

Mit deiner Teilnahme akzeptierst du diesen Haftungsausschluss.

Urheberrecht

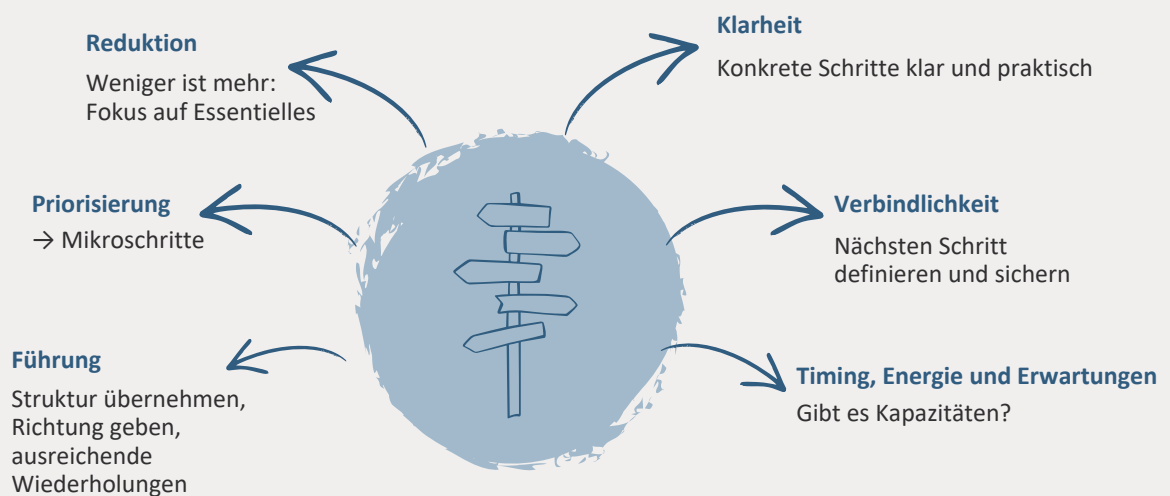
Die Inhalte dieser Präsentation, einschließlich aller Skripte, Grafiken und Bilder, sind urheberrechtlich geschützt und ausschließlich für die persönliche Nutzung durch den angemeldeten Teilnehmer bestimmt.

Eine Vervielfältigung, Weitergabe, Veröffentlichung, Aufzeichnung, Verbreitung oder sonstige Nutzung – auch auszugsweise – ist ohne vorherige schriftliche Zustimmung der Seminarlounge by Marie Greiff & Experts nicht gestattet.

Vielen Dank, dass du unsere Arbeit und die Rechte aller Referentinnen und Referenten respektierst.

SEMINAR
Lounge by Marie Greiff & Experts

Prinzipien wirksamer Therapieführung



Siehe bitte dazu auch Vortrag 1

SEMINAR
Lounge by Marie Greiff & Experts

Die Weichen werden bereits vor der Therapie gestellt

- Erkläre eine klare Erwartungsführung
- Definiere deine eigene Rolle
- Etabliere Verbindlichkeit



„Ich arbeite nicht mit schnellen Lösungen“

„Die gewissenhafte Umsetzung ist Teil der Therapie“

„Ich begleite Sie, aber die Veränderung entsteht durch Ihre Umsetzung.“

„Wir entscheiden gemeinsam, aber wir bleiben dann auch dabei.“

SEMINAR
Lounge by Marie Greff & Experts

Schlüsselmomente

Es gibt in jedem Patientinnengespräch einen Moment, in dem sich entscheidet, wie das Gespräch verläuft.

Es ist der Moment, in dem die Patientin ihre Erwartung signalisiert: „Hör mir zu!“, „Sag mir was!“, „Rette mich!“, „Führe mich!“

Was in diesem Moment oft passiert

Die meisten Therapeutinnen fühlen diesen Moment und antworten mit Erklärung oder Rechtfertigungen. Das ist menschlich, aber oft die falsche Wahl. Weil man Verantwortung übernimmt, die die Patientin selbst tragen muss für einen guten Therapieprozess!



Was stattdessen möglich ist

Ein klarer Satz, der die Situation benennt und eine Richtung gibt. Kein Vortrag, keine Rechtfertigung, keine Liste. Nur: „Ich weiß: wir gehen jetzt diesen Weg.“



Das lässt sich üben.

SEMINAR
Lounge by Marie Greff & Experts

Die 4 Patientinnen-Typen

TYP 1

Die Perfektionistin

- hohe Motivation
- muss oft gebremst werden

TYP 2

Die Suchende

- hohe Motivation
- braucht Fokus und Struktur

TYP 3

Die Funktionierende

- eher niedrige Motivation
- braucht Aktivierung

TYP 4

Die Abtauchende

- niedrige Motivation
- sie setzt nichts um

Fallbeispiele aus der Praxis für die Praxis



Anna, 45

”

Also ich habe wirklich alles umgesetzt, was ich recherchiert habe.

Ich habe Zucker komplett gestrichen,

mache 16:8 Intervallfasten,

gehe dreimal die Woche zum Sport.

Ich habe auch Magnesium, Vitamin D, Omega 3, Ashwagandha,

Progesteroncreme und noch ein paar andere Sachen genommen...”

„ABER IRGENDWIE HABE ICH DAS GEFÜHL,
MEIN KÖRPER KOMMT NICHT HINTERHER.“



SEMINAR
Lounge — by Marie Greff & Experts

Anna in der Praxis & Anamnese

Anna, 45 Jahre

- Zwei Kinder (8 und 14 Jahre)
- Verheiratet
- arbeitet Teilzeit als Sekretärin
- V. a. Perimenopause seit ca. 2 Jahren

Beschwerden

- Einschlafstörungen, v. a. in der 2. Zyklushälfte
- Innere Unruhe, diffuse Getriebenheit
- Gelegentliches Herzklopfen ohne kardialen Befund
- Zyklus verkürzt auf 24–26 Tage
- Erschöpfung trotz subjektiv gesunder Lebensweise



SEMINAR
Lounge — by Marie Greff & Experts

Anna in der Praxis & Anamnese



Erscheinungsbild in der Praxis

Anna wirkt äußerlich sehr strukturiert und ordentlich.

Sie hat eine Liste dabei.

Sie spricht schnell, ist gut informiert, stellt präzise Fragen.

Gleichzeitig liegt eine feine Anspannung in ihrer Stimme – als würde sie gerade noch eine weitere Aufgabe abhaken wollen.

Aktuelles Supplement-Protokoll

- Magnesium, Vitamin D, Omega 3, Ashwagandha
- Progesteroncreme (aus dem Ausland besorgt)
- Zinkcitrat, B-Komplex, Eisen (nach Eigendiagnose)
- Adaptogene-Mix aus einem Online-Shop

Die NEMs sind alle selbst organisiert.

Ernährung & Lifestyle

- 16:8 Intervallfasten,
- kein Zucker,
- dreimal pro Woche Sport
- (davon zweimal HIIT),
- Yoga sonntags

Schlaf: 6–7 Stunden, unruhig.

SEMINAR
Lounge by Marie Greff & Experts

Was Anna zwischen den Zeilen wirklich sagt

Hinter dem Bericht über Supplements und Ernährungsprotokoll liegt eine emotionale Botschaft.

→ Diese zu hören ist der Kern therapeutischer Führung.



„Ich mache alles richtig – warum hilft es nicht?“

Hinter dem Funktionsbericht versteckt sich Angst.

Die Angst, etwas falsch zu machen. Ein hoher Kontrollanspruch, der sich in immer neuen Maßnahmen ausdrückt.

Subtiler Leistungsdruck

Der Glaubenssatz „Ich muss es richtig machen“ ist ihr innerer Antreiber.

Die Therapie wird zu einer weiteren Leistungsaufgabe – nicht zu einer Ressource.
Das ist der Kern des Problems.

Typischer Verlauf ohne Führung

Anna wird zwischen den Terminen weiterrecherchieren.

- Sie erhöht selbstständig Dosierungen.
- Sie kauft noch ein Produkt.
- Sie fügt noch eine Intervention hinzu.

Das System wird weiter belastet – nicht entlastet.

Achtung!

Das Loben ohne gleichzeitig zu Steuern ist hier der häufigste Fehler.
„Super, dass Sie so viel machen“ bestätigt hier nur das Muster!

SEMINAR
Lounge by Marie Greff & Experts

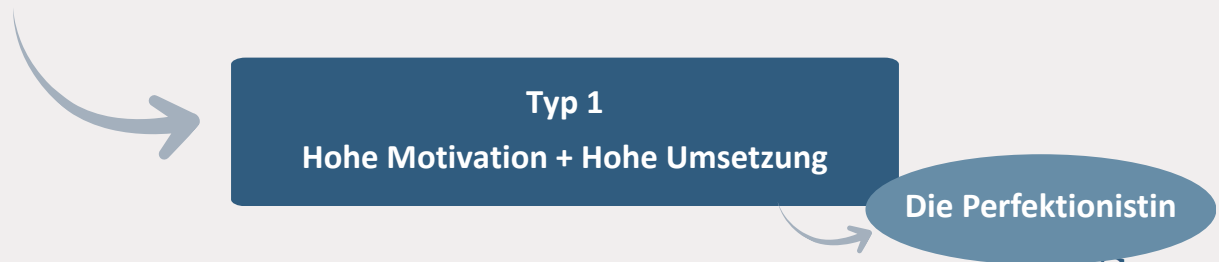
Was für ein Patientinnen-Typ ist Anna?



Hervorstechende Merkmale:

- Die Mitgehende mit Übersteuerung.
- Anna tut alles zu viel.
- Und wartet ungeduldig auf Besserung.
- Sie probiert immer was Neues dazu...

→ Ihr Körper ist eigentlich gar nicht unterversorgt, er ist überfordert.



SEMINAR
Lounge by Maria Greiff & Experts

Führung von Frauen des Typs “Die Perfektionistin”

„Ich höre, wie viel Sie bereits tun – und das ist wirklich bemerkenswert!
Gleichzeitig zeigt mir Ihr Verlauf, dass Ihr System gerade eher überfordert ist, als unterversorgt.
Ich weiß, was wir nun tun! Wichtig ist, dass wir bewusst reduzieren, damit Ihr Körper überhaupt wieder reagieren kann.“

Warum dieser Satz funktioniert

- Er würdigt Annas Einsatz ohne ihn zu befeuern
- Er benennt das eigentliche Problem klar: Überforderung, nicht Mangel
- Er schlägt eine Richtung vor – ohne zu fragen, ob sie will
- Er übernimmt Führung ohne Dominanz

Konkrete nächste Schritte

- Supplemente reduzieren auf 3–4 Kernstoffe
- Sportstimulus reduzieren (kein HIIT in der Lutealphase)
- Klare Tagesstruktur mit Ruhephasen
- Fokus: Cortisolrhythmus und Schlaf stabilisieren

SEMINAR
Lounge by Maria Greiff & Experts

“Therapieplan” für Anna

1. **Kein Aufschieben. Sie beginnen noch heute mit der Umsetzung!**
2. **Wir reduzieren die Nahrungsergänzungsmittel auf die, die für Sie momentan am Wichtigsten sind:**
 - Magnesium
 - Vitamin D
 - B-Komplex
3. **Wir legen als erstes den Fokus darauf, dass Sie Ihren Rhythmus wiederfinden:**
 - Morgens: 5 tiefe Atemzüge auf Balkon oder Terrasse
 - Ab 18.00 Uhr: digital Detox
 - Ab 21.30 Uhr: Abendritual etablieren



Nächster Termin in 10 Tagen zur Besprechung der nächsten Schritte.
Diagnostik erst nach Aktenstudium!

SEMINAR
Lounge by Maria Greiff & Experts

Fallbeispiele aus der Praxis für die Praxis



SEMINAR
Lounge by Maria Greiff & Experts

Britta, 42



Mir konnte noch niemand helfen!
Ich war schon überall ... Endokrinologe, Heilpraktiker,
Ernährungsberatung ...
Ich habe Darmkuren gemacht, Hormone ausprobiert,
NEMs genommen ...
Es hat alles irgendwie ein bisschen geholfen – aber nie
richtig."

„ICH HOFFE EHRlich GESAGT, DASS SIE JETZT
ENDLICH DEN ENTSCHEIDENDEN PUNKT SEHEN.“



SEMINAR
Lounge by Marie Greiff & Experts

Britta in der Praxis

Britta, 42 Jahre

- Selbstständig (hohe Arbeitsbelastung)
- geschieden
- Kinderlos
- Perimenopause-Verdacht

Beschwerden

- Starke PMS (Stimmungsabfall, Reizbarkeit, Brustspannen)
- Reizdarm: Blähungen, wechselnde Stuhlkonsistenz
- Chronische Erschöpfung, besonders nachmittags
- Unruhiger Schlaf, häufiges Aufwachen gegen 3–4 Uhr
- Konzentrationsschwäche in der prämenstruellen Phase



SEMINAR
Lounge by Marie Greiff & Experts

Brittas Anamnese



Erscheinungsbild in der Praxis

Britta erscheint mit

- einem Laborordner,
- mehreren ausgedruckten Befunden (Hormonstatus, Stuhldiagnostik, Nährstoffprofil),
- einer handgeschriebenen Supplementliste
- und eigenen Notizen zu Symptomen der letzten 6 Monate in ihrem Tagebuch.

Der Aufwand ist beeindruckend und zugleich Zeichen der möglichen Probleme.

Bisherige Therapiegeschichte

- Endokrinologin: Hormonstatus, keine Therapieempfehlung
- Heilpraktikerin: Darmsanierungen (2 Runden), Mikrobiom-Analyse & Mikrobiologie, SIBO Test
- Ernährungsberaterin: Low-FODMAP, später Paleo-Ansatz (klappt aber nicht)
- Eigeninitiative: Progesteron-Creme D4, Mönchspfeffer, L-Glutamin

SEMINAR
Lounge — by Marie Greff & Experts

Was Britta zwischen den Zeilen wirklich sagt



Hohe Erwartung – und gleichzeitig Zweifel

Brittas Satz „Ich hoffe, dass Sie den entscheidenden Punkt sehen“ lädt die Therapeutin ein, die Retterin zu spielen.

Das ist eine therapeutische Falle. Wer die Retterin spielt, übernimmt Verantwortung, die nicht ihre ist.

Unbewusste Suche nach der einen Lösung

Britta glaubt, es fehle noch der entscheidende Baustein. In Wirklichkeit fehlt ein Prozess. Kein Therapeut hat bisher eine klare, durchgehende Struktur angeboten – alle haben Einzelmaßnahmen gesetzt.

Typischer Verlauf ohne Führung

Britta startet motiviert, verliert sich im Verlauf, springt bei neuen Informationen zu anderen Konzepten. Ohne klaren Rahmen wiederholt sich das Muster der letzten Jahre.

Achtung!

**Der häufigste Fehler ist, zu sagen: „Ich bin diejenige, die nun die Lösung hat!“
Neue Diagnostik zu starten, „noch individueller“ zu werden, Anamnese immer weiter vertiefen und bohren, ohne gut zu strukturieren.
Das bestätigt Brittas Überzeugung: es fehle nur noch ein Baustein – und befeuert die Zerissenheit.**

SEMINAR
Lounge — by Marie Greff & Experts

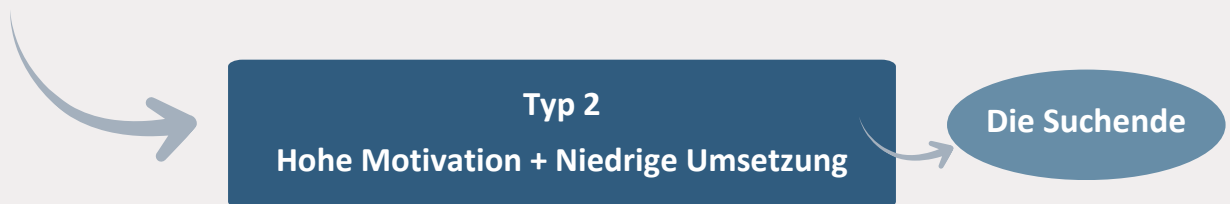
Was für ein Patientinnen-Typ ist Britta?



Hervorstechende Merkmale:

- Sie hat grundsätzlich Rückfragen und wünscht sich permanente Erreichbarkeit.
- Sie stellt Fragen über Fragen, macht aber dann doch hier und da Sachen anders.
- Sie fordert eine "Dauererreichbarkeit"
- Sie "testet" immer wieder und hinterfragt Therapiekonzepte

→ Das ist oft Ausdruck von Unsicherheit und fehlendem Vertrauen in den Prozess



Führung von Frauen des Typs "Die Suchende"

”

“Ich sehe, wie viel Sie schon investiert haben – und genau das ist auch Teil des Problems.
Es war bisher nie ein klarer Prozess, sondern viele einzelne Ansätze durcheinander.

Wir machen jetzt bewusst einen Schritt zurück und bauen es strukturiert neu auf : Schritt für Schritt.”

Warum dieser Satz funktioniert

- Er würdigt Brittas Einsatz – ohne ihn zu loben
- Er benennt das strukturelle Problem ohne Schuldzuweisung
- Er gibt sofort Orientierung: Es gibt einen Weg: das ist ein Prozess und du wirst es ihr klar machen und sie begleiten
- Er verhindert, dass Britta eine weitere Einzelmaßnahme erwartet

Konkrete nächste Schritte

- Nur einen Fokus setzen
- Beschwerden skalieren
- Klare Reihenfolge definieren und schriftlich festhalten
- Feste Zeitstruktur: „4 Wochen nur dieses Thema“
- Supplement-Chaos bereinigen: Alles außer 1–2 Kernsubstanzen pausieren

Jede Woche ein Termin!

Grenzen sind Teil der Therapie

Dauererreichbarkeit schwächt Führung - klare Strukturen geben Sicherheit

Kommunikation braucht Rahmen und Regeln (Beispiele):

- feste Kommunikationswege
- definierte Antwortzeiten
- keine „Dauerbegleitung per WhatsApp“



„Damit Sie gut begleitet sind, haben wir klare Strukturen für unsere Kommunikation.“

Fallbeispiele aus der Praxis für die Praxis



Maraike, 38



“Ja, ... okay”

„Okay... dann nehme ich das so.”

Keine Rückfragen.

Keine Emotionen.

Kein Widerstand.

Was auf den ersten Blick wie eine ideale Patientin aussieht, ist eine der anspruchsvollsten Führungsaufgaben in der therapeutischen Praxis.

Die Herausforderung hier liegt nicht in der Problemschwere, sondern in der Stille.



SEMINAR
Lounge by Marie Greiff & Experts

Maraïke in der Praxis

Maraïke, 38 Jahre

- Verheiratet
- Zwei kleine Kinder (3 und 6 Jahre)
- Halbtagsstelle im Bildungsbereich
- Keine relevante Vorgeschichte

Beschwerden

- Migräne prämenstruell (ein- bis zweimal pro Zyklus, mittelschwer)
- Zyklusabhängige Erschöpfung in der Lutealphase
- Heißhunger auf Kohlenhydrate prämenstruell
- Leichte Schlafprobleme (häufiges Aufwachen)
- Gelegentlich Stimmungsabfall prämenstruell



SEMINAR
Lounge by Marie Greiff & Experts

Maraikes Anamnese



Erscheinungsbild in der Praxis

Maraike wirkt ruhig, freundlich und angepasst.

Sie hört gut zu, nickt viel, stellt selten Fragen aus sich heraus.

Wenn man sie fragt, wie es ihr geht, antwortet sie präzise, aber ohne leise Sie gibt keine Einschätzungen zur eigenen Situation, sondern wartet auf deine.

Was sie umsetzt:

Alles, was du sagst. Genau so wie du es sagst. Pünktlich. Ohne Abweichung.
Das klingt gut, ist aber ein Signal.

Was nicht passiert

- Keine Eigeninitiative zwischen den Terminen.
 - Keine Fragen.
 - Keine Berichte über Körperwahrnehmung.
- Maraike macht alles, aber sie verbindet sich nicht mit dem Prozess.

SEMINAR
Lounge — by Marie Greiff & Experts

Was hinter Maraikes Stille steckt



Gelernte Anpassung

Maraike hat möglicherweise gelernt, dass Funktionieren die Erwartung ist. In Familie, Beruf, Alltag.

Die Therapeutin wird unbewusst in das gleiche Muster einbezogen: Sag mir, was ich tun soll – dann mache ich es.

Geringe Selbstwirksamkeit

Maraike traut eigenen Einschätzungen wenig. Sie verlässt sich auf Autorität. Solange du da bist und Anweisungen gibst, läuft es.

Wenn du nicht mehr da bist – oder wenn eine Anweisung fehlt – bricht das Engagement ein.

Abbruchrisiko

Ohne innere Beteiligung ist der Therapieprozess fragil. Ein stressiger Monat, eine verpasste Sitzung, ein Urlaub – und Maraike setzt nichts mehr um.

Weil sie nie verstanden hat, warum es für sie persönlich Sinn macht.

Achtung!

Häufiger Fehler: Maraikes Compliance als Erfolg werten und im Anweisungsmodus weiterarbeiten. Das erhält das Problem aufrecht, anstatt es zu lösen.

SEMINAR
Lounge — by Marie Greiff & Experts

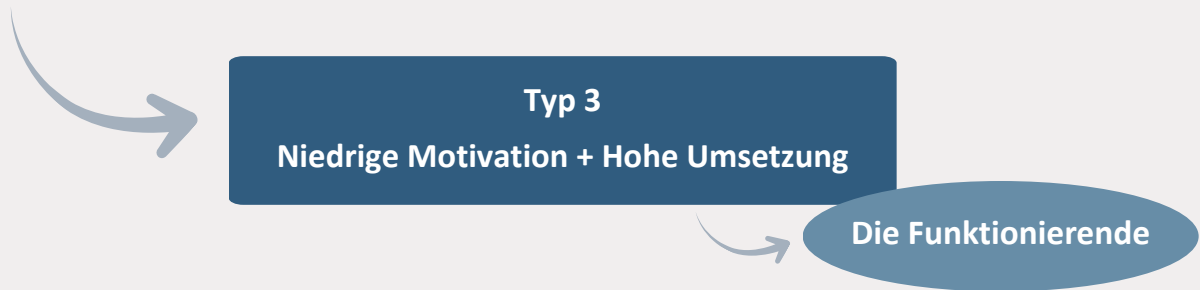
Was für ein Patientinnen-Typ ist Maraike?



Hervorstechende Merkmale:

- Sie tut alles – aber ohne innere Verbindung.

→ Das therapeutische Ziel ist nicht mehr Anleitung, sondern die Aktivierung intrinsischer Motivation.



Führung von Frauen des Typs “Die Funktionierende”

”

„Sie setzen das wirklich zuverlässig um und das ist eine große Stärke.

Mir ist aber wichtig, dass wir schauen: Was davon macht für Sie persönlich wirklich Sinn?

Was würden Sie selbst als wichtigsten Schritt sehen?“

Warum dieser Satz funktioniert

- Er würdigt Maraikes Stärke ehrlich, nicht floskelig
- Er stellt sie gleichzeitig vor eine Frage, die sie selbst beantworten muss
- Er verschiebt die Verantwortung subtil: nicht „mach das“ sondern „was siehst du?“
- Er beginnt den Prozess der Selbstwirksamkeit

Konkrete nächste Schritte

- Entscheidungen bewusst gemeinsam treffen
- Fragen stellen statt Anweisungen geben
- Körperwahrnehmung aktiv einbeziehen
- Maraike bitten, eigene Beobachtungen zu dokumentieren

Fallbeispiele aus der Praxis für die Praxis



SEMINAR
Lounge — by Marie Greiff & Experts

Ella, 27

„Ja... ich weiß... ich hätte das machen sollen...
aber es war einfach so viel los... ich hatte überhaupt keine Kapazität...“

„ICH SCHAFF DAS ALLES SOWIESO NICHT!“

Ella schaut dabei eher weg. Der Blickkontakt fehlt.
Es ist nicht Faulheit, es ist echte Überwältigung.
Und gleichzeitig bleibt sie im Kreis, weil keine Entscheidung getroffen wird.

Die Energie ist anders hier – schwerer, erschöpfter, und mit einem Unterton von Schuldgefühl.



SEMINAR
Lounge — by Marie Greiff & Experts

Ella in der Praxis



Ella, 27 Jahre

- Vollzeitjob (Sozialbereich)
- Pflegt zusätzlich ihre Mutter (demenziell erkrankt)
- Keine Partnerschaft
- Kinderwunsch (aber alleine)

Beschwerden

- Gewichtszunahme von ca. 8 kg in 18 Monaten (vor allem Bauch)
- Chronische Erschöpfung, morgens kein Aufstehimpuls
- Schlechter Schlaf: Einschlafen klappt, Durchschlafen nicht
- Stimmungsschwankungen, Weinerlichkeit
- Verstopfung und Frieren
- Süßhunger vor allem abends

SEMINAR
Lounge — by Marie Greff & Experts

Ellas Anamnese



Verhaltensmuster in der Therapie

Ella sagt Termine kurzfristig ab (meist am Vortag, mit Entschuldigung).

Sie meldet sich unregelmäßig.

Empfehlungen werden punktuell begonnen und dann wieder eingestellt.

Zwischen den Terminen passiert praktisch nichts.

Objektive Belastungssituation

Ellas Situation ist real und schwer: Vollzeit, Pflegebelastung, keine eigene Fürsorge-Infrastruktur.

Das muss gesehen werden und darf dennoch nicht zur Endlosentschuldigung werden.

Beides gleichzeitig zu halten ist die therapeutische Führungsaufgabe.

Möglicher sekundärer Krankheitsgewinn

- Das Kranksein schützt Ella davor, weitere Anforderungen anzunehmen.
- Eine Hypothese, die vorsichtig mitgedacht werden darf ohne Vorwurf.

SEMINAR
Lounge — by Marie Greff & Experts

Was Ella wirklich braucht und was nicht hilft



Echte Überforderung und gleichzeitig Vermeidung

Ellas Situation ist nicht erfunden. Aber die Vermeidung hat sich verselbstständigt.

Der Impuls „Es war zu viel“ ist real und gleichzeitig schützt er davor, eine Entscheidung zu treffen.

Verständnis ohne Grenzen ist hier kein guter Dienst

Der häufigste Fehler: Es ihr versuchen als Therapeutin „recht zu machen“ und „hinterherlaufen“.

Problem: Das Muster bleibt stabil.

Was Ella wirklich braucht

Eine klare, respektvolle Konfrontation mit der Frage: Will sie das wirklich oder ist jetzt gerade nicht der richtige Zeitpunkt?

Diese Frage ist ein Akt der Fürsorge. Sie gibt Ella Würde und Eigenverantwortung zurück.

Achtung!

Häufiger Fehler: Nicht herausarbeiten, ob und warum die Patientin sich nicht für sich entscheiden kann und in eine Eigenverantwortung kommen kann.

SEMINAR
Lounge by Marie Greiff & Experts

Was für ein Patientinnen-Typ ist Ella?



Hervorstechende Merkmale:

- Kein Commitment/Verbindlichkeit
- diffuse Prioritäten

→ Das therapeutische Ziel ist nicht mehr Empfehlung – sondern Entscheidung.



Typ 4

Niedrige Motivation + Niedrige Umsetzung



Die Abtauchende

SEMINAR
Lounge by Marie Greiff & Experts

Führung von Frauen des Typs “Die Abtauchende”

”

„Ich verstehe, dass viel los ist – gleichzeitig sehe ich, dass wir so nicht vorankommen. Damit ich Sie sinnvoll begleiten kann, brauche ich von Ihnen eine klare Entscheidung: Möchten Sie den Prozess jetzt aktiv angehen?“

Warum dieser Satz funktioniert

- Er erkennt die Belastung an – kurz, nicht ausufern
- Er benennt das Problem ohne Schuldzuweisung
- Er stellt eine klare Frage, die Ella selbst beantworten muss
- Er gibt Verantwortung zurück – respektvoll, aber klar

Konkrete nächste Schritte

- Klare Vereinbarung für die nächsten 4 Wochen
- Ggf. bewusste Therapiepause anbieten
- Verantwortung zurückgeben – nicht hinterherlaufen
- Nächsten Termin erst nach klarem Commitment vergeben

Fallbeispiele aus der Praxis für die Praxis



Daniela, 41

”

„Ich habe dazu noch einen Podcast gehört, da ging es um Cortisol... und auf Instagram hat jemand gesagt, man sollte auf keinen Fall Intervallfasten machen wenn man in der Perimenopause ist... aber in dem Buch, das ich letzte Woche gelesen habe, stand genau das Gegenteil...”

„VIELLEICHT HABEN SIE JA NOCH ETWAS
BESSERES FÜR MICH!“

Daniela kommt gut informiert – und genau das ist das Problem.



SEMINAR
Lounge by Marie Greiff & Experts

Daniela in der Praxis

Daniela, 41 Jahre

- Marketing-Managerin
- Social Media aktiv
- eine Kinder
- in einer Partnerschaft

Beschwerden

- Müdigkeit und Antriebslosigkeit am Nachmittag
- Unregelmäßiger Zyklus (25–34 Tage, schwankend)
- Leichte Stimmungsschwankungen
- Schlaf grundsätzlich gut, aber wenig erholt
- Verdauungsprobleme bei Stress (Blähungen, träge)



SEMINAR
Lounge by Marie Greiff & Experts

Ellas Anamnese



Das eigentliche Muster

Daniela wechselt alle 3–4 Wochen ihre Ernährungsstrategie.

Zuletzt: Intervallfasten (aufgehört nach einem Podcast), dann Carnivore-Versuch (2 Wochen, dann Instagram-Post dagegen gesehen), jetzt Überlegung Richtung Ayurveda.

Motivation vs. Umsetzung

Daniela ist hochmotiviert. Sie investiert viel Zeit in Recherche. Aber sie setzt nichts konsequent um – weil sie immer noch eine neue Information findet, die das Bisherige infrage stellt.

Der Kopf ist ständig in Bewegung, der Körper bekommt keine konsistenten Signale.

In der Therapiesitzung

- Daniela bringt neue Fragen mit, die sie am Wochenende gefunden hat.
Wenn du antwortest, nimmt sie das als Startpunkt für neue Recherchen.
- Die Therapiestunde droht zu einem Informationsaustausch zu werden...
(statt zu einer Führung).

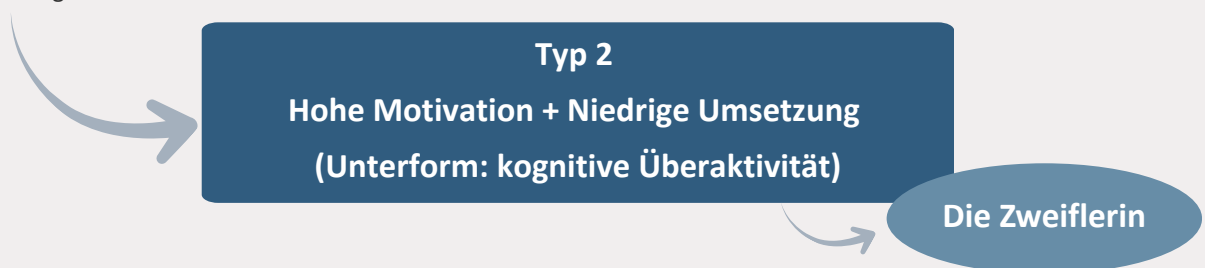
SEMINAR
Lounge — by Marie Greff & Experts

Was für ein Patientinnen-Typ ist Daniela?



Hervorstechende Merkmale:

- Kernproblem: Der Kopf verhindert das Tun.
- Jede neue Information ersetzt die alte, bevor sie wirken konnte. Das ist nicht Neugier – das ist Kontrolle durch Wissen.



Häufiger Fehler:

- Die neuen Informationen kommentieren und diskutieren
- In den Erklär-Modus gehen
- Daniela das Gefühl geben, dass mehr Wissen der richtige Weg ist

SEMINAR
Lounge — by Marie Greff & Experts

Führung von Frauen des Typs “Informationssammlerin”

” „Das ist interessant – gleichzeitig bringt uns das gerade eher weg von Ihrem eigenen Weg. Lassen Sie uns kurz zurückgehen: Was setzen Sie konkret bis zum nächsten Termin um?“

Warum dieser Satz funktioniert

- Er bestätigt kurz – und unterbricht dann klar
- Er lenkt den Fokus von außen nach innen
- Er erzwingt eine konkrete Aussage (nicht Intention – Umsetzung)
- Er zeigt Daniela: Die Therapeutin lässt sich nicht vom Thema wegziehen

Konkrete nächste Schritte

Bis nächste Woche bleiben wir genau bei diesem Thema/Ansatz und Sie machen x,y -
Sie wechseln jetzt nicht wieder die Ernährung, ...

Fallbeispiele aus der Praxis für die Praxis



Jana, 39



„Ich habe schon so viel ausprobiert... ich reagiere auf alles... selbst Magnesium habe ich nach drei Tagen abgebrochen, weil ich das Gefühl hatte, mein Magen verträgt das nicht... Ich weiß nicht, was mit mir nicht stimmt.“

„ICH TRAU MICH SCHON GAR NICHTS MEHR ZU NEHMEN!“



SEMINAR
Lounge by Marie Greiff & Experts

Jana in der Praxis

Jana, 39 Jahre

- Lehrerin
- Keine Kinder
- In einer Partnerschaft
- Leichte Angstanamnese (nie diagnostiziert)

Beschwerden

- Allgemeine Überempfindlichkeit (Gerüche, Licht, Lärm)
- Regelmäßige Magen-Darm-Beschwerden ohne organischen Befund
- Erschöpfung, besonders nach sozialen Situationen
- Leichte Rötungen und Hautreizungen (Histamin-Verdacht)
- Schlaf grundsätzlich ausreichend, aber nicht erholsam



SEMINAR
Lounge by Marie Greiff & Experts

Janas Anamnese



Muster der Supplementerfahrungen

Jana hat Folgendes versucht und abgebrochen:

- Magnesium (Magen),
- Vitamin D (Kopfschmerzen am Tag 2),
- Mönchspfeffer (Unruhe),
- Probiotikum (Blähungen),
- Ashwagandha (Schlafverschlechterung).

→ Jedes Abbrechen hat ihr Überzeugungssystem verstärkt: „Ich vertrage nichts.“

Psychologisches Muster

Jana scannt ihren Körper intensiv auf negative Signale. Jede körperliche Empfindung nach einer Einnahme wird als Unverträglichkeit interpretiert.

→ Das ist ein negatives Erwartungsmuster – und es ist erlernbar und veränderbar. Aber nur, wenn die Therapeutin es benennt und einen anderen Weg anbietet.

SEMINAR
Lounge by Marie Greff & Experts

Was hinter „Ich vertrage nichts“ steckt



Angst und Kontrollbedürfnis

Jana will Kontrolle über das, was in ihren Körper kommt. Das ist verständlich – und gleichzeitig blockiert es jeden therapeutischen Schritt.

Die Angst vor einer Reaktion ist oft größer als die Reaktion selbst.

Negatives Erwartungsmuster

Jedes neue Supplement tritt in ein System ein, das auf Misserfolg vorbereitet ist. Die

Hypersensibilität ist zum Teil real – und zum Teil konditioniert.

Beide Anteile müssen gehört werden.

Was Jana braucht

Sicherheit. Sehr kleine Schritte. Das Erleben, dass ihr Körper reagieren kann – positiv.

Das braucht Zeit und eine Therapeutin, die nicht unter Druck setzt, sondern einen sicheren Rahmen schafft.

Achtung!

Häufiger Fehler: Janas Symptome wegdiskutieren oder ihr erklären, dass „Magnesium eigentlich sehr gut verträglich ist“. Das verstärkt das Gefühl, nicht verstanden zu werden und erhöht die Abwehrhaltung.

SEMINAR
Lounge by Marie Greff & Experts

Was für ein Patientinnen-Typ ist Jana?



Hervorstechende Merkmale:

- Jana hat Motivation (sie will gesund sein), aber die Angst vor Unverträglichkeiten verhindert jede Umsetzung konsequent.

→ Führung bedeutet hier: Sicherheit schaffen, nicht Information geben.



Angsttyp – oft Typ 4 (niedrige Motivation) oder Typ 2 (probiert herum, aber “zieht nichts durch”)

Führung von Frauen des Typs “Die Ängstliche”

”

„Das klingt, als hätte Ihr System sehr sensibel reagiert – und das nehme ich ernst. Deshalb gehen wir bewusst anders vor: sehr klein, sehr kontrolliert, sodass Sie jederzeit Sicherheit haben und genau wissen, was Sie einnehmen und warum.“

Warum dieser Satz funktioniert

- Er validiert Janas Erfahrung ohne sie zu verstärken
- Er kündigt einen anderen Weg an nicht mehr desselben
- Er gibt Sicherheit durch Kontrolle: klein, bewusst, erklärbar
- Er positioniert dich als jemanden, der Janas System versteht

Konkrete nächste Schritte

- Nur eine Substanz, sehr niedrig dosiert beginnen
- Jana genau erklären, was sie wann erwartet
- Reframing: „Sensibel reagieren heißt: Ihr Körper hört hin“
- Körpertagebuch als Sicherheitswerkzeug einführen

DER ÜBERBLICK

Schauen wir uns die Fälle im Überblick und Vergleich an

WICHTIG

Es sind Beispiele

Jeder Fall in deiner Praxis kann und wird etwas abweichen und sich dennoch in eine Matrix bringen lassen!



Schau dir deine bisherigen Praxisfälle an und versuche deine eigenen Fälle zu typisieren!

SEMINAR
Lounge by Maria Greiff & Experts

Alle 6 Fälle im Überblick

Patientin	Typ	Typbeschreibung	Motivation / Umsetzung	Kernproblem	Führungsstrategie
Anna, 45	Typ 1	Die Perfektionistin	Hohe Motivation · Hohe Umsetzung	System überfordert	Reduzieren
Britta, 42	Typ 2	Die Suchende	Hohe Motivation · Niedrige Umsetzung	Kein Prozess	Struktur geben
Maraïke, 38	Typ 3	Die Funktionierende	Niedrige Motivation · Hohe Umsetzung	Keine innere Beteiligung	Aktivieren
Ella, 27	Typ 4	Die Abtauchende	Niedrige Motivation · Niedrige Umsetzung	Keine Verbindlichkeit	Entscheidung einfordern
Daniela, 41	Typ 2	Die Zweiflerin	Hohe Motivation · Niedrige Umsetzung	Kognitive Überaktivität	Fokus schaffen und konkretisieren
Jana, 39	Typ 4	Die Ängstliche	Niedrige Motivation · Niedrige Umsetzung	Negative Erwartung	Sicherheit schaffen

SEMINAR
Lounge by Maria Greiff & Experts

Führung nach Patientinnentypen

Typ	Führungsziel	Typischer Führungsfehler
Perfektionistin (Anna)	Überforderung reduzieren, Prioritäten setzen und ausreichend Regeneration ermöglichen.	Zu viel loben, immer neue Aufgaben geben und Warnsignale der Überforderung übersehen.
Suchende / Zweiflerin (Britta, Daniela)	Orientierung geben, den Fokus auf den nächsten konkreten Schritt lenken und die Umsetzung begleiten.	Weitere Diagnostik, noch mehr Informationen oder zusätzliche Optionen anbieten und damit die Suche weiter verstärken.
Funktionierende (Maraïke)	Eigene Motivation und innere Beteiligung stärken, damit aus Pflichterfüllung echte Veränderung wird.	Im Anweisungsmodus bleiben und ausschließlich über Regeln, Pläne oder Laborwerte führen.
Abtauchende (Ella)	Verbindlichkeit schaffen und eine klare Entscheidung für oder gegen die Veränderung einfordern.	Zu viel Verständnis zeigen, ohne Grenzen zu setzen oder eine Entscheidung einzufordern.
Angst-Patientin (Jana)	Sicherheit vermitteln, Selbstwirksamkeit stärken und Veränderungen in kleinen, erreichbaren Schritten begleiten.	Angst wegdiskutieren, beschwichtigen oder zu große Veränderungen auf einmal verlangen.

Lounge by Maria Greiff & Experts

AR

Die Führungsprinzipien



Reduzieren

Bei Übersteuerung (Anna-Typ): weniger ist die therapeutische Intervention.
Mehr zu empfehlen ist der Fehler.
Die mutigste Empfehlung ist oft: „Wir lassen etwas weg.“



Strukturieren

Bei Fragmentierung (Britta-Typ): ein klarer Prozess mit Reihenfolge ist wichtiger als die perfekte Intervention. Schritt-für-Schritt schlägt vollständig.



Aktivieren

Bei fehlender Beteiligung (Maraïke-Typ): Fragen statt Anweisungen. Die Patientin muss selbst sprechen, selbst entscheiden, selbst wahrnehmen.



Klären

Bei Vermeidung (Ella-Typ): Die Entscheidung muss fallen. Nicht die Therapeutin entscheidet – aber die Therapeutin stellt die Frage, die die Entscheidung ermöglicht.

SEMINAR
Lounge by Maria Greiff & Experts

Den "Führungssatz" finden

Er würdigt kurz

Ein führender Satz erkennt die Situation der Patientin an. Aber er verweilt nicht.
Ein Nebensatz reicht. „Ich höre, wie viel Sie tun –“ ist genug.

Er benennt das eigentliche Problem

Nicht das Symptom, nicht den Wunsch der Patientin – sondern das, was du als Therapeutin siehst.
Das ist der Unterschied zwischen Begleitung und Führung.

Er zeigt eine Richtung

Kein offenes Ende, kein „Was denken Sie denn?“ – sondern ein klarer nächster Schritt.
Die Patientin soll nicht raten, was zu tun ist. Sie soll es wissen.

Er endet

Der führende Satz endet. Er lässt Stille. Er gibt Raum. Er vertraut darauf, dass das Gesagte genug ist.
Das ist das schwierigste – und das wichtigste.

Die drei häufigsten Führungsfehler in der Praxis

1

Ergänzen statt reduzieren

Wenn eine Patientin zu viel tut, ist der Reflex: noch ein Supplement, noch eine Empfehlung. Das fühlt sich professionell an, ist aber das Gegenteil von Führung. Führung bedeutet, Mut zur Reduktion zu haben.

2

Loben ohne zu steuern

„Super, dass Sie das alles machen!“ klingt nett und ist doch kontraproduktiv. Es bestätigt das Muster ohne es zu hinterfragen. Würdigen ja, aber immer mit anschließender Richtungsangabe.

3

Verständnis ohne Grenze

Bei Ella und ähnlichen Typen: Endloses Verständnis signalisiert, dass es keine Konsequenz gibt. Das ist keine Fürsorge, das ist Konfliktvermeidung.

Was du ab morgen konkret anders machst

Ein Training ist nur so gut wie der Transfer, der danach passiert.

01

Typ einordnen für dich

Schon beim Erstkontakt oder in den ersten zwei Minuten:
Hohe oder niedrige Motivation?
Hohe oder niedrige Umsetzung?
Diese Frage im Hinterkopf verändert, wie du zuhörst.

02

Den Führungsfehler erkennen für dich

Nach jedem Termin:
Was war mein Impuls und war er richtig?
War ich im Erklär-Modus?
Habe ich geführt oder begleitet?
Eine Minute Reflexion reicht.

03

Einen führenden Satz vorbereiten

Wenn du weißt, welchen Typ du in der nächsten Sitzung hast: Schreibe vorab einen Satz auf.
Nicht als Skript sondern als "Anker" für dich!

Warum ist das gut und wichtig für dich als Therapeutin

Klare Führung schützt nicht nur die Patientin, sondern sie schützt auch dich.
So verlässt du den Termin nicht mit weniger Energie als du hineingegangen bist.

Rechtfertigen kostet Energie

Jeder ausführliche Erklärungsblock kostet kognitive und emotionale Ressourcen.
Das Ergebnis: Du bist erschöpft, sie hat wenig behalten.

Führen gibt Energie

Ein klar geführtes Gespräch, das in die richtige Richtung geht, erzeugt ein Gefühl von Wirksamkeit.
Die Patientin geht mit Orientierung und dem Gefühl: Das war gut.

Langfristige Praxisqualität

Therapeutinnen, die führen, haben stabilere Patientenverläufe, weniger Therapieabbrüche und mehr Weiterempfehlungen.

Führung als Compliance-Faktor

Patientinnen setzen um, was sie verstehen können, aber vor allem, was sie sich zutrauen und wozu sie sich entschieden haben.

Was Compliance fördert

- Klare, einfache Empfehlungen und Priorisierungen
- Das Gefühl der Patientin auch selbst entschieden zu haben mit guter Hilfe
- Die Patientin benötigt Vertrauen in die Therapeutin durch erkennbare Richtung
- Wenige Maßnahmen, die passen und sich leicht umsetzen lassen



Mentoring & Fallsupervision

Im 1:1 Mentoring gehen wir genau da gerne weiter.
Individuell und mit deinen echten Fällen!

Dein nächster Schritt ...

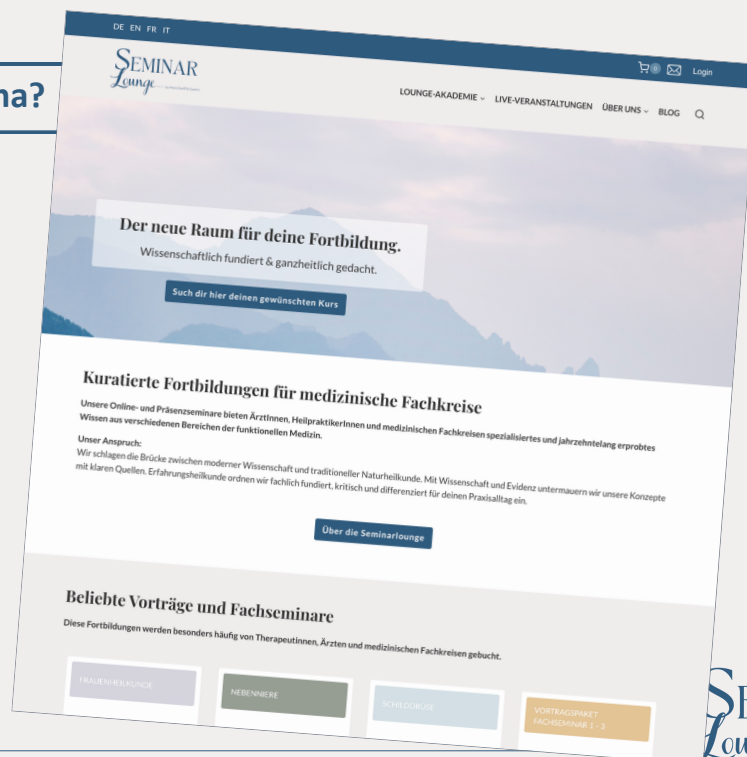
... IST DEIN PRAXISERFOLG

Die Patientinnen, die heute in deiner Praxis sitzen,
brauchen eine Therapeutin, die dieses System beherrscht.
Die Frage ist nicht OB, sondern WANN du anfängst.



SEMINAR
Lounge — by Marie Greff & Experts

Lust auf mehr zum Thema?



SEMINAR
Lounge — by Marie Greff & Experts