



## Krankheit und Krisen als Chance nutzen

### Steinbeis-Beraterin unterstützt Gründerin auf dem Weg zur eigenen Praxis für Psychotherapie

Ein Treppensturz stellte 2007 das Leben von Caren Totzauer auf den Kopf. Die sportliche Familienmutter war von heute auf morgen an den Rollstuhl gefesselt: Mit der neuen Situation selbst noch nicht annähernd klar kommend, musste sie gleichzeitig stark sein für ihre Kinder und ihre Familie. Doch aufgeben ist nicht ihre Sache. Caren Totzauer begegnet einem Menschen, der ihr von Grund auf hilft, mit den veränderten Lebensumständen klar zu kommen, sich der Situation zu stellen und diese auch als Chance zu begreifen. Um diese Hilfestellungen an andere Menschen weiterzugeben und ihnen Mut zu machen, entschließt sich die Powerfrau eine eigene Heilpraktiker-Praxis für Psychotherapie zu eröffnen. Auf dem Weg in die Selbstständigkeit unterstützte sie das Steinbeis-Beratungszentrum Change Management und Business Coaching.

Schon während ihrer vorigen Tätigkeit als Inkontinenz- und Reha-Beraterin merkte Caren Totzauer schnell, dass sie nur einen Bruchteil ihrer Zeit für die eigentliche Beratung ihrer Klienten investierte. Viel mehr brannte den Betroffenen die psychische Situation unter den Nägeln. Caren Totzauer merkt, dass sie hier ihr Wissen ausbauen will und beginnt eine Ausbildung zum psychologischen Berater, schließt die Ausbildung zum Hypnosetherapeuten und parallel dazu eine Ausbildung zum Heilpraktiker für Psychotherapie an.

Mit diesen neuen Kompetenzen ausgestattet, war das nächste Ziel schnell klar: eine eigene Heilpraktiker Praxis für Psychotherapie. Die Ausrichtung der Praxis stand für Caren Totzauer von Anfang an fest. Unfall-/Krankheits- und Krisenbewältigung für Betroffene und ihre Angehörigen sollte im Mittelpunkt ihrer Tätigkeit stehen. Denn aufgrund ihrer eigenen Geschichte kann sie ihren Klienten auf Augenhöhe begegnen, weiß, wie man sich in den unterschiedlichen Situationen fühlt und wie man seinen eigenen Weg finden kann, um damit umzugehen.

Doch bei aller fachlichen Expertise, war für die Frage nach der Kundenakquise doch auch Hilfe notwendig. Bei ihrer Recherche wurde Caren Totzauer auf den Steinbeis-Exi-Gutschein aufmerksam, der eine

kostenfreie Vorgründungsberatung ermöglicht. Mit Doris Deichselberger, Leiterin des Steinbeis-Beratungszentrums Change Management und Business Coaching, fand sie eine kompetente Beraterin, die ihr half, das eigene Dienstleistungsangebot zu schärfen indem sie sich auf die Themen Krankheits-, Krisen- und Trauerbewältigung spezialisierte. „Wer selbst von seiner Idee überzeugt ist, schafft es auch andere dafür zu begeistern!“, versicherte ihr Doris Deichselberger – und nach diesem Motto stieg Caren Totzauer in ihre Praxistätigkeit ein.

Doch diese Erkenntnis allein reicht noch nicht, um von Kunden auch tatsächlich als Expertin wahrgenommen zu werden. Schnell erkannte Caren Totzauer, dass im Zeitalter der sozialen Medien Tools wie Flyer und Visitenkarten zwar noch gebraucht werden, aber eine professionelle Homepage und eine seriöse Präsenz in den sozialen Medien für den Anfang im Vordergrund standen. Zudem tragen Presseberichte dazu bei, sich einen Namen machen.

Die Impulse, die sie auch hier von Doris Deichselberger bekam, tragen inzwischen Früchte. Caren Totzauer hält Vorträge in Kliniken und Einrichtungen, man schätzt ihre Erfahrungswerte und Meinung zum Thema Krankheits- und Krisenbewältigung. Daraus sind weitere Buchungen für Vorträge und Kooperationen entstanden, in einer Klinik gibt sie mittlerweile sogar regelmäßige Sprechstunden zur Krankheitsbewältigung. In der eigenen Praxis arbeitet sie mit Gesprächstherapie und Hypnosetherapie. Und da viele ihrer Klienten krankheitsbedingt nicht sehr mobil sind, das Haus nicht verlassen können oder sich noch in der Klinik befinden, führt sie viele Hausbesuche durch. Beratungen und Coachings bietet sie mittlerweile auch online, per Telefon, E-Mail oder Skype an.

Bei der Ausarbeitung ihrer langfristigen Ziele bestärkte Doris Deichselberger Caren Totzauer darin, auch etwas größer und weiter zu planen. Ihr Ziel ist es inzwischen, Beratungen und Therapien an weiteren Kliniken anzubieten und Vorträge auf großen Kongressen im Bereich der Krankheits- und Krisenbewältigung zu halten. Durch die konstruktive Beratung und die vielen hilfreichen Tipps, konnte sie ihr persönliches Ziel schon jetzt erreichen: Sie gibt ihre Erfahrungen an Betroffene weiter, um sie zu unterstützen.

Abb.: ???



Doris Deichselberger  
Steinbeis-Beratungszentrum Change Management und Business Coaching  
(Stuttgart)  
[doris.deichselberger@stw.de](mailto:doris.deichselberger@stw.de) | [www.steinbeisberatung.com](http://www.steinbeisberatung.com)

Caren Totzauer  
Heilpraktikerin für Psychotherapie / Hypnosetherapie (Sulz a. N.)  
[info@heilpraktiker-totzauer.de](mailto:info@heilpraktiker-totzauer.de) | [www.heilpraktiker-totzauer.de](http://www.heilpraktiker-totzauer.de)