

Ich habe kürzlich mein Pharmaziestudium beendet und um meine Beweggründe für die Teilnahme an diesem Coaching näher zu bringen, werde ich kurz in meinen Werdegang beschreiben.

Als Pharmazeutin zu arbeiten ist schon immer mein Traum und ich habe sehr viel Spaß bei der Arbeit. Ich habe in München angefangen zu studieren und es war großartig, aber auch sehr anspruchsvoll. Da meine Freude und meine Familie in Berlin sind, beschloss ich während des Studiums nach Berlin zu wechseln.

Angekommen in der Universität in Berlin machte ich ganz andere Erfahrungen. Das Studium war nicht mehr nur anspruchsvoll, sondern auch unangenehm und niederschmetternd. Alle positiven Aspekte aus München waren schwer zu finden. Die meisten Professoren und Mitarbeiter, die mir diesen wundervollen Beruf näherbringen sollten, gaben mir das Gefühl nicht gut genug zu sein. Es herrschte im ganzen Institut eine gewisse Missgunst, eine Stimmung, die ich aus der Münchner Fakultät nicht kannte. Ich habe mich noch nie in meinem Leben dumm gefühlt, aber seit dem Wechsel nach Berlin kenne ich das Gefühl nur zu gut. Ich habe das Studium trotzdem sehr gut gemeistert und nie aufgegeben, denn es war mein Traum und ich wollte mir ihn nicht von diesen Pessimisten nehmen lassen.

Ich stand nun im zweiten Staatsexamen, die wichtigste Passage des ganzen Studiums. Es gab zum ersten Mal mündliche Prüfungen und richtige Noten, die zählten. Dieser Druck nicht genug, in meiner ersten mündlichen Prüfung war mein Prüfer sichtlich genervt von den vorherigen Abläufen. Er rollte ständig, wenn ich etwas zögerte, mit den Augen und seufzte bei jedem Versprecher. In einer anderen Prüfung hatte der Professor die Füße auf dem Tisch und guckte mich nicht einmal an. Ich drückte mich etwas umständlich aus und er brüllte mich an. Das waren nur zwei *tolle* Prüfungserfahrungen von vielen. Meine Aufregung und Unsicherheit wuchsen von Termin zu Termin enorm. Ich musste schließlich zwei Prüfungen wiederholen und wusste, wenn ich daran nichts ändere, kann ich lernen, soviel ich will, ich werde mein Wissen nicht rüberbringen können.

So traf ich mit meinen Problemen auf Silke.

Die Zeit war knapp, denn die Wiederholungsprüfungen waren nur einen Monat später.

Silke hat es aber geschafft, mir sehr effektiv in dieser kurzen Zeit zum inneren Umzukrempeln zu verhelfen. Ich lernte einen neuen Umgang mit meiner Angst und ließ die Panik los.

Mit PEP (...) lernte ich bestimmte Klopftechniken. Dabei fokussiere ich mir meine Prüfungsangst oder andere störende Gefühle, während ich bestimmte Akupunkturpunkte beklopfe oder berühre. Gleichzeitig spreche ich Sätze aus, die mir Kraft und Klarheit geben. Zunächst kam ich mir etwas komisch vor, aber als ich mich voll darauf einließ, erreichte ich auf ganz spezielle Weise mein Unterbewusstsein. Der ganze Prozess faszinierte mich, gerade aus meiner naturwissenschaftlichen Sicht.

Ich denke, jeder Mensch kann diese Stimulation des Unterbewusstseins erreichen und davon profitieren. Es umströmt eine gewisse Ruhe und Einigkeit den Körper. Man fängt an, innerlich mit sich selbst zu kommunizieren. Ich habe auf diese Weise sowohl meine inneren Blockaden gelöst als auch meinen Selbstwert gestärkt.

Außerdem schrieben wir ein Rezept für mich. Dieses enthielt einige Sätze, welche ich wie ein Mantra jeden Tag mehrmals wiederhole, quasi einnahm.

Wir entwickelten die Sätze in einem sehr intensiven Prozedere und ich muss sagen, das war großartig. Wir gingen so tief in die Angst hinein und durch das Aufschreiben und Formulieren kam der Wandel in die Selbstbestimmung. Das klingt nun etwas einfach, aber es war ein sehr intensiver Prozess und er führte mich näher zu mir selbst.

Wir verfeinerten mein Rezept im Laufe der wenigen Sitzungen immer weiter, bis wir einen Satz mit unfassbar viel Power entwickelten, der mir ein Superman-Feeling mit Händen in den Hüften und wehendem Umhang brachte.

Zum Aufbau meiner Stärke und meiner Selbstsicherheit gehörte auch ein Test meiner Persönlichkeit. Dieser professionelle Test (LINC PERSONALITY PROFILER) zeigte mir, welche Facetten meines Charakters wie stark in mir angelegt sind. Das war genau das, was ich brauchte. Mir wurde klar, ich habe so viele wertvolle Eigenschaften und Fähigkeiten und meine Berufswahl passt darauf so gut - die Professoren lagen falsch. Diese Erkenntnis gab mir sofort viel Schub und es wurde noch leichter, wieder an mich zu glauben und mich selbst so zu akzeptieren, wie ich bin. Das ist das Allerwichtigste, egal was andere sagen.

Die Zweifel an mir, an meiner Intelligenz und an meiner Persönlichkeit nach diesen schlimmen Prüfungserfahrungen hielten mich so sehr zurück und ich glaube, ich wäre heute nicht dort, wo ich bin, wenn ich diese Zweifel nicht so rasch überwunden hätte. Ich befinde mich in einer so wichtigen Phase meines Lebens, meine ganze Karriere steht in den Startlöchern und ich will mit maximaler Zuversicht in dieses Leben durchstarten. Ohne Silke und ihr aufbauendes Coaching/Training hätte ich wahrscheinlich nicht mit so viel Mut und vor allem Freude die nächsten beruflichen Herausforderungen gemeistert. Ich weiß jetzt, ich kann das und ich habe mir Pharmazie ausgesucht, weil das nicht nur mein Traum ist, sondern ich auch -verdammte noch mal! - richtig gut darin bin. Ich bin bereit, das jedem zu zeigen und niemand kann mir das jemals mehr nehmen, kein respektloser Professor, kein Vorgesetzter – niemand. Ich gehe meinen Weg.

Vielen Dank Silke!