

# **Wohin sind Lehrer abgewandert, die im Ref abgebrochen oder aus dem Lehramt ausgestiegen sind?**

**Beitrag von „CDL“ vom 20. Juli 2024 15:40**

## Zitat von Eisherz

Ich kenne deinen Coach nicht, aber bei Traumaproblemen ist es nochmal sehr viel wichtiger zu schauen, dass man an keinen Scharlatan kommt.

So kann Hypnose z.B. extrem gefährlich sein und alte Flashbacks hervorrufen, wie ich gelesen habe.

Das stimmt, du kennst meinen Coach nicht oder seinen Ansatz. Du kennst auch mich nicht, könntest dir aber aus meinen Beiträgen hier im Forum erschließen, dass ich ein sehr kritischer und reflektierter Mensch bin, was ein Hinweis darauf sein könnte, wie ich genau ich wohl bei der Wahl des Coaches hingesehen habe.

Du kennst dich auch mit Traumata nicht aus. Ich schon. Ich lebe nicht nur seit rund 30 Jahren mit einer schweren, komplexen PTBS, sondern habe inzwischen mehr als 10 Jahre Therapieerfahrung, während denen ich intensiv gearbeitet habe und weiß- inzwischen- was ich in diesem Bereich benötige.

Ich weiß nicht, was dich auf Hypnose bringt, denn darüber habe ich nichts geschrieben gehabt. Ob diese Flashbacks hervorruft oder nicht ist insofern an dieser Stelle für mich auch erst einmal irrelevant.

Ich wiederhole mich, aber: Ich habe mehr als 10 Jahre Therapieerfahrung, in denen ich sehr hart an mir gearbeitet habe. Ich weiß, was ich brauche. Hypnose gehört nicht dazu, da ich das einerseits für eine viel zu überwältigende Herangehensweise erachte im Umgang mit Traumata (ja, das bedeutet dann auch, dass das Flashbacks auslösen kann) und dies andererseits schlicht kein anerkannter Therapieansatz in der Traumatherapie ist. Ich habe neben der Gesprächstherapie (Psychoanalyse, Verhaltenstherapie, Tiefenpsychologie) auch schon Körpertherapie gemacht, Kunsttherapie, Bewegungstherapie, Reittherapie, narrative Exposition (Traumakonfrontation),...

Ein Coach ist kein Traumatherapeut, insofern mache ich bei dem Coach auch keine weitere Traumatherapie, sondern arbeite in anderer Weise mit diesem, während ich einen neuen traumatherapeutischen Platz suche, um den letzten Baustein im Bereich der Traumakonfrontation angehen zu können.

Ich bin mir sicher, du meinst es gut mit deinen Hinweisen, aber momentan brauche ich in diesem Bereich keine weitere Hilfe. Danke.

