

Selbsttest: bin ich bereit für eine Behandlung in dieser Praxis?

Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen für sich ehrlich mit Ja oder Nein.

Die Durchführung ist freiwillig und der Test muss nicht in der Praxis abgegeben werden.

Er hilft Ihnen herauszufinden, ob eine Behandlung in dieser Praxis für Sie geeignet ist und ob Sie genügend Eigenverantwortung und Motivation mitbringen.

Frage 1

Ich bin bereit, Verantwortung für meine Gesundheit zu übernehmen und aktiv daran zu arbeiten. Ich nehme mir **Zeit**, mir die von der Praxis empfohlenen Videos anzusehen, Bücher und Merkblätter zu lesen und mich selbst medizinisch fortzubilden.

Frage 2

Ich möchte **die Ursachen** meiner Symptome oder Krankheit verstehen und nicht nur kurzfristige Lösungen zur Symptomunterdrückung haben.

Frage 3

Ich habe **Geduld**, weil ich verstehe, dass Heilung ein Prozess ist und nicht über Nacht geschieht, sondern mehrere Monate dauern kann.

Frage 4

Ich bin bereit, meine **Ernährungsgewohnheiten zu verändern**, wenn es medizinisch notwendig wäre. Ich könnte mir beispielsweise vorstellen, mindestens ein halbes Jahr lang komplett auf Gluten und Kuhmilchprodukte zu verzichten, wenn eine Unverträglichkeit diagnostiziert wird.

Frage 5

Ich kann mir vorstellen, auch über einen längeren Zeitraum **Nahrungsergänzungsmittel** in Form von Kapseln, Pulver oder Flüssigextrakten zu mir zu nehmen. (Nahrungsergänzungsmittel wie Vitamine und Mineralstoffe sind keine Medikamente!)

Frage 6

Ich bin motiviert, schädliche Essensgewohnheiten aufzugeben und kann mir selbst frische und gesunde **Mahlzeiten zubereiten** bzw. nehme mir Zeit für die Umsetzung der empfohlenen Maßnahmen.

Frage 7

Es ist mir bewusst, dass meine Gesundheit von vielen Faktoren abhängt und dass der **Lebensstil** bzw. die Lebensumstände die meisten chronischen Erkrankungen hervorrufen bzw. begünstigen, wie falsche Ernährung, wenig Bewegung, Stress, Giftstoffe oder Elektrosmog.

Frage 8

Ich vertraue darauf, dass mein Körper zur **Selbsteilung** fähig ist, wenn ich ihm die richtigen Impulse gebe. Ich bin bereit, regelmäßig Sport zu machen und die Selbstheilungskräfte meines Körpers mit Meditation, Yoga, Atemübungen oder anderen Maßnahmen zu unterstützen.

Frage 9

Rauchen, Drogen, Alkohol: ich rauche nicht oder bin stark motiviert, das Rauchen bzw. Drogen ganz aufzugeben. Ich kann auf täglichen Alkoholkonsum verzichten bzw. nur auf besondere Gelegenheiten beschränken.

Frage 10

Vorsorge muss **privat bezahlt** werden: ich sehe Gesundheitsvorsorge als eine lohnende Investition in meine Lebensqualität und bin bereit, einen Teil meines Einkommens in meine Gesundheit zu investieren, auch wenn meine Krankenkasse die Kosten nicht übernimmt.

Auswertung:

Zählen Sie alle Ja – Antworten zusammen!

Ergebnis:

→ **8 bis 10-mal „Ja“:**

Super! Sie sind ein idealer Kandidat oder eine ideale Kandidatin für eine ganzheitliche Behandlung in dieser Praxis. 😊😊😊

→ **5 bis 7-mal „Ja“:**

Sie sind grundsätzlich offen, aber es gibt vielleicht noch Zweifel. Ein erstes Beratungsgespräch kann helfen, Ihre Fragen zu klären. 😊

→ **0 bis 4 -mal „Ja“:**

Die Behandlung in dieser Praxis erfordert aktive Mitarbeit. Wahrscheinlich ist ein klassischer schulmedizinischer Ansatz für Sie passender. Frei nach dem Motto: „wer will schon sein Leben ändern – nur wegen der Gesundheit! 😊“

Hinweis:

Eine erfolgreiche Behandlung setzt Ihre Bereitschaft voraus, Verantwortung für Ihre Gesundheit zu übernehmen. Wenn Sie motiviert sind, aber noch Fragen haben, lass uns gemeinsam herausfinden, ob dieser Weg für Sie passt.