

# Checkliste

Finde mit dieser einfachen Methode  
heraus, ob  
dein Online-Produkt potenzial hat!



**Bonus: 50 Ideen für deinen Online-Kurs**

[www.silvia-rebecka-haider.com](http://www.silvia-rebecka-haider.com)

# 50 Ideen für deinen Online-Kurs

## **Schwangerschaft und Familienplanung**

1. Babyglück - Vorfreude mit Hypnose
2. Geburtsvorbereitung mit Atemtechniken
3. Alternative Wege zum Elternglück: Adoption und Pflegekinder
4. Bindung stärken: Workshops für werdende Eltern
5. Entspannter Start ins Elternsein: Stressbewältigung für junge Familien
6. Natürliche Familienplanung: Zyklusbeobachtung und Fruchtbarkeitsförderung

## **Trauer und Verlustbewältigung**

1. Emotionale Erste Hilfe: Unterstützung in Krisenzeiten
2. Trauerkultur: Rituale und Gedenkfeiern gestalten
3. Hoffnungsschimmer - Trost für Eltern nach Fehlgeburten
4. Lebensmut nach Verlust: Wege aus der Trauer
5. Kunsttherapie bei Verlust und Abschied

## **Persönliche Gesundheit und Prävention**

1. Atem der Ruhe: Atemtherapie zur Stressbewältigung
2. Gelenkfit: Beweglichkeitstraining für Arthrose-Patienten
3. Glücklich und gesund: Mentale Resilienz stärken
4. Darmgesundheit: Prävention und Therapie bei Darmerkrankungen
5. Selbstheilungskräfte aktivieren: Die Kraft der Visualisierung
6. Immunboost: Natürliche Methoden zur Stärkung des Immunsystems
7. Schmerzfrei leben: Ganzheitliche Ansätze bei chronischen Schmerzen
8. Balance im Alltag: Achtsamkeitsübungen für mehr Lebensqualität
9. Schlaf dich gesund: Tipps und Tricks für erholsamen Schlaf
10. Yoga für die Seele: Entspannung und innere Balance finden
11. Stressabbau durch Klangtherapie

## **Chronische Erkrankungen und spezielle Bedürfnisse**

1. Hormonelle Harmonie: Wege zu einem ausgeglichenen Hormonhaushalt
2. COPD im Griff: Atemtherapie und Bewegungstraining
3. Schritt für Schritt: Bewegungstraining bei MS
4. Selbsthilfe bei Migräne: Alternativen zur medikamentösen Therapie
5. Mit Diabetes leben: Ernährung und Bewegung bei Diabetes mellitus
6. Ganzheitliche Behandlung von Fibromyalgie
7. Immunabwehr stärken: Natürliche Wege bei Autoimmunerkrankungen
8. Energie tanken: Qi Gong für mehr Lebenskraft

## **Lebensphasen und Veränderungen**

1. Die Magie der Menopause: Hormonelle Umstellungen meistern
2. Frisch in Rente: Gesund und aktiv in den Ruhestand
3. Neuorientierung im Alter: Sinnfindung und Lebensfreude nach dem Berufsleben
4. Patchworkfamilie: Herausforderungen und Chancen
5. Herzschmerz und Hoffnung: Trennungs- und Scheidungsberatung
6. Jobverlust - Chance oder Krise? Berufscoaching für Umbruchsituationen
7. Relocation-Resilienz: Strategien für einen gelungenen Neuanfang in einer neuen Stadt
8. Mut zur Veränderung: Persönliche Entwicklung und Selbstfindung in der Lebensmitte

## **Emotionale Gesundheit und Beziehungsmanagement**

1. Selbstliebe lernen: Wege zu einem positiven Selbstbild
2. Beziehungsglück statt Beziehungskrise: Kommunikationstraining für Paare
3. Bindungsbalance: Beziehungsdynamiken verstehen und gestalten
4. Familienbande stärken: Eltern-Kind-Beziehung aufbauen und festigen
5. Traumata heilen: Wege zur Überwindung von emotionalen Verletzungen

## **Spirituelle Entwicklung und Selbsterkenntnis**

1. Entfaltung des inneren Potenzials: Selbsterkenntnis und persönliches Wachstum
2. Seelenreise: Meditation und Innenschau für spirituelle Erkenntnisse
3. Die Kraft der Intuition: Die innere Stimme hören und nutzen
4. Lebensvisionen gestalten: Klarheit über Ziele und Träume finden
5. Achtsam leben: Praktische Übungen für mehr Bewusstheit im Alltag

## **Lebensführung und Selbstmanagement**

1. Zeit für mich: Selbstfürsorge und Stressbewältigung im Alltag
2. Erfolgreich und erfüllt: Persönlichkeitsentwicklung für beruflichen und privaten Erfolg

## **Deine Kurs-Idee**

---

---

## **Prüfe deine Kurs-Idee**

Sobald du deine Online-Kurs-Idee gefunden hast, ist es wichtig zu prüfen, ob es eine Nachfrage von potenziellen Käufern gibt.

Die folgenden drei Schritte helfen dir dabei zu ermitteln, ob dein Kurs rentabel sein könnte.

# Schritt 1: Keyword-Recherche:

Tools wie Google Keyword Planner, Ahrefs oder Übersuggest bieten eine hervorragende Möglichkeit, zu erfassen, wie viele Personen sich für Themen interessieren, die deinem Kursinhalt ähnlich sind. Die Suchanfragen und Trends geben dir einen detaillierten Einblick, welche Aspekte dieses Thema besonders nachgefragt werden. Darüber hinaus bieten diese Tools täglich eine begrenzte Anzahl kostenloser Anfragen.

## Folgendes:

- #1: Starte ein Tool und gib Schlagwörter zu deinem Thema ein.
- #2: Prüfe auch, die Keyword-Ideen, falls dir das Tool, welche vorschlägt

## Wird dein Thema täglich mehr als 100 Mal gesucht?

- ✓ Wenn ja, großartig! Das deutet darauf hin, dass dein Thema eine beträchtliche Anzahl von Menschen anspricht und ein konkretes Problem angeht.

Schreibe dir alle Vorschläge auf:

---

---

---

## Schritt 2: Google-Recherche:

Gib einfach das Schlagwort für deinen Kurs bei Google ein, z.B. Atemübungen, und überprüfe, welche Themen auf Seite 1 auftauchen. Analysiere die Ergebnisse, um Trends und relevante Inhalte zu identifizieren. Das hilft dir, die Bedürfnisse deiner Zielgruppe besser zu verstehen und deinen Kurs entsprechend anzupassen.

### Folgendes:

- #1: Starte die Google Suche und gib Schlagwörter zu deinem Thema ein.
- #2: Welche Themen zu deinem Schlagwort erscheinen auf Seite 1?

### Gibt es Themen zu deinem Schlagwort?

- ✓ Wenn das der Fall ist, ist das ausgezeichnet! Dies deutet darauf hin, dass dein Thema ein breites Publikum anspricht und ein bestimmtes Problem effektiv angeht.

Schreibe dir alle Themen von Seite 1 auf:

---

---

---

## Schritt 3: Social-Media-Recherche:

Facebook-Gruppen und Instagram-Accounts sind großartige Ressourcen, um das Interesse an deinem Thema einzuschätzen. Die Beiträge und Diskussionen in diesen Gruppen und Accounts geben dir außerdem einen Einblick in die spezifischen Fragen und Anliegen deiner Zielgruppe.

### Folgendes:

- #1: Öffne Facebook und suche nach Gruppen zu deinem Thema.
- #2: Danach öffnest du Instagram und suchst Accounts zu deinem Thema.

### Gibt es Gruppen zu deinem Thema auf Facebook mit mehr als 5000 Mitgliedern?

- ✓ Wenn das der Fall ist, ist das ausgezeichnet! Dies deutet darauf hin, dass dein Thema ein breites Publikum anspricht und ein bestimmtes Problem effektiv angeht.

Notiere dir die Namen dieser Gruppen:

---

---

---

## Folgendes:

- #1: Durchsuche die Instagram-App nach relevanten Schlagwörter die mit deinem Thema in Verbindung stehen, wie zum Beispiel #gesundeernährung oder #gesundbacken.
- #2: Überprüfe, ob es deutschsprachige Accounts zu deinem Thema gibt, die mehr als 5.000 Follower haben. Falls nicht, suche nach englischsprachigen Accounts.

**Gibt es Accounts zu deinem Thema mit mehr als 5000 Followern?**

- ✓ Wenn das der Fall ist, ist das ausgezeichnet! Dies deutet darauf hin, dass dein Thema ein breites Publikum anspricht und ein bestimmtes Problem effektiv angeht.

Notiere dir die Namen der Accounts:

---

---

---

# Checkliste: Ist dein Thema vielversprechend?

**Du hast die Schritte 1 bis 3 durchgeführt?**

**Fantastisch!**

**Dann fasse hier alle Ergebnisse noch einmal zusammen:**

## Deine Checkliste:

**Ja**

**Nein**

Dein Thema wurde bei der Keyword-Recherche mehr als 100 mal pro Tag gesucht.

Dein Thema erscheint bei Google auf der ersten Seite.

Es gibt auf Facebook-Gruppen mit mehr als 5000 Mitgliedern.

Es gibt Instagram Accounts mit mehr als 5000 Followern.

**Du hast mindestens eine positive Antwort erhalten?**

**Herzlichen Glückwunsch!**

Deine Analyse hat ergeben, dass es eine starke Anfrage nach deinem Thema gibt. Das ist SUPER!

**Leider keine Nachfrage nach deinem Thema?**

Gib nicht auf. Suche nach alternativen Themen, in denen du dein Können einsetzen kannst, um deinen potenziellen Kunden zu helfen.



*Seit über 11 Jahren leite ich eine erfolgreiche Praxis und habe in den letzten drei Jahren mein Wissen und meine Leidenschaft in den Aufbau eines florierenden Online-Business im Bereich der digitalen Weiterbildung eingebracht. Mein fundiertes Wissen über die Herausforderungen und Chancen in Heilberufen befähigt mich dazu, umfassende Fähigkeiten für eine erfolgreiche Online-Praxis zu vermitteln.*

*Silvia-Rebecka*