

# Ilona Schließmann macht Mut

Im Mittelpunkt steht das Wohl des Menschen

Ilona Schließmann ist seit sechs Jahren in Seligenstadt in ihrer kleinen, feinen Praxis tätig, welche sich durch die Weiterempfehlung zufriedener Klienten etabliert hat. „Ich (er) LEBE und LIEBE meine Arbeit, welche sich einerseits aus verschiedenen Ausbildungen z.B. der Entspannungstherapeutin, der Innenwelttrainerin als auch der Energiearbeit zusammensetzt,“ berichtet sie erfreut. „Mit Hilfe dieser Komponenten, sowie einem eigens erfolgreich durchlebten Selbstheilungsprozess hat sich mittlerweile ein Erfahrungsschatz angesammelt, welcher sowohl mir persönlich zugute kommt als auch den Menschen, die meine Unterstützung in Anspruch nehmen. All meine Erfahrungen sowie mein Wissen gebe ich im Rahmen meiner Arbeit an die Menschen weiter, die mit ihren Anliegen zu mir kommen.“ Ilonas Schließmanns Wunsch und Ziel ist die Hilfe und Hilfe zur Selbsthilfe bei Burn-out Konfliktbewältigung (Arbeitsplatz/Schule/Familie) Supervision für Führungskräfte Eltern-Kind-Beratung (ADS...) Trauerbegleitung Schmerzbewältigung (Ursachenerkennung von Körpersymptomen). Dabei geht es weder um Konkurrenzkampf, noch um die Bewertung, welche therapeutischen Maßnahmen besser oder schlechter seien. Es geht vielmehr darum, aus einem Spektrum erfolgreicher Möglichkeiten für den Betroffenen das für ihn Passende zu finden, um im Rahmen eines speziell auf seinen Bedarf abgestimmten Trainingsprogrammes rasche Erfolge zu erzielen. „Im Mittelpunkt meiner Arbeit steht das Wohl des Menschen“, bekräftigt Ilona Schließmann. Dass diese Arbeit mit allen anderen ärztlichen und therapeutischen Maßnahmen kombinierbar und als erfolgreiche Ergänzung zu sehen ist, steht demzufolge außer Frage.

Das Bemerkenswerte daran: Die Klienten erkennen, dass sie weder hilflos noch abhängig sind, sondern vielmehr eigenständig und handlungsfähig zur positiven Veränderung ihrer derzeitigen Situation – egal wie dies ausschauen mag – beitragen. Das

Coachings das bewusste Erkennen der Ursache von Symptomen, Strukturen und Verhaltensmuster auf der Verstandesebene. Im Rahmen dieser Reflektion merkt der Betroffene oft bereits schon während des Gespräches, dass bestimmte Alltagssituationen immer wieder ähnliche Gefühle und/oder Körperreaktionen hervorrufen. Nun gibt es Situationen, die sich alleine schon durch das bewusste Erkennen verändern lassen und solche, die fortlaufend wiederkehren. In diesem Falle beginnt die spannende „detektivische Arbeit“ im Unterbewusstsein in Tiefenentspannung (keine Hy-



**Das Bemühen um Konfliktbewältigung, Burn-out und das Zurückfinden des inneren Gleichgewichtes sind Ilona Schließmanns Aufgaben.** Foto: RM

pnose). Der Klient befindet sich während dessen allerdings im Wachbewusstsein, ähnlich dem Autogenen Training, „surft“ gewissermaßen in Begleitung durch seine innere Bilderwelt und erhält spannende Einblicke im Hinblick auf die Entstehung und Ursache der Befindlichkeit oder des Verhaltensmusters. Sobald der Ursprung des Themas in der Innenwelt sichtbar geworden ist, beginnt der Veränderungsprozess, bei welchem der Klient selbst entscheidet, welche Aspekte er verändern möchte. Destruktive Bilder, die mit negativen Gefühlen im Unterbewusstsein schlummern und im Alltag noch wirksam sind, können gekippt werden. Sobald sich eine Situation in

befreit, sodass der Klient oft augenblicklich eine Erleichterung und Entspannung auf Körpererfahrungsebene wahrnimmt. Ilona Schließmanns Aufgabe besteht darin, während der „Innenweltreise“ den Überblick bezüglich des zu bearbeiteten Themas zu behalten, demzufolge den Klienten auf die wichtigen wesentlichen Punkte aufmerksam zu machen und ihn zu ermuntern, alte Bilder und Situationen aktiv zu verändern, damit sich die Blockade lösen und der Energiefluss wieder einsetzen kann. Letztendlich jedoch bestimmt der Klient immer sowohl die Geschwindigkeit seiner Vorgehensweise als auch die Aktionen. Das Ergebnis dieses Trainings sind mehr Handlungsfähigkeit in der inneren Welt und somit auch mehr Mut und Durchsetzungskraft im äußeren Leben. Des Weiteren hat die aktive Veränderung alter Strukturen nachweislich eine positive Reaktion, sowohl auf der neuronalen als auch der Körpererfahrungsebene zur Folge. Aus diesem Grund und nach Ilona Schließmanns Erachtens ist die Arbeit mit den inneren Bildern (Unterbewusstsein/Traumbilder) eine äußerst effektive Möglichkeit, tiefgreifende Verhaltensmuster zu erkennen und aufzuarbeiten, denn oft geschieht es, dass die Erkenntnis etwas verändern zu wollen zwar vorhanden ist; die Umsetzung jedoch schier unmöglich erscheint. Der Erfolg hängt erfahrungsgemäß von verschiedenen Faktoren ab. Zum Einen ist die Bereitschaft des Klienten, Verantwortung für sich zu übernehmen von großer Bedeutung. Mit dieser Entscheidung signalisiert er seinem Unterbewusstsein bereits ein JA und unterstützt somit maßgeblich seinen eigenen Erfolg. Ebenso ist die Dauer und der „Grad“ der Erkrankung bzw. des Symptoms von Bedeutung; auch wie lange die Ursache und damit dessen Entstehungsgeschichte her sind. Oft leiden beispielsweise Burn-out-gefährdete Menschen unter so genannten Symptomschmerzen. Sie sind laut ärztlicher Sicht



Großstadttauswahl und individuelle Beratung bei Radsport König. Foto: R

## Ihr Spezial Sachen Zwe 15 Jahre Radsport König i

Besuchen Sie die riesen- alles ke  
große Ausstellung an eine Kö  
Fahrrädern und Zubehör. tels h  
Radsport König bietet Pro Comput  
duktauswahl vieler namhaf serverm  
ter Hersteller und distanziert genom  
sich bewusst von dem Ange bot vieler „Fachmärkte“, den bei d  
nen der Profit vor dem Pro berücksi  
dukt steht. Die Mitarbeiter kommer  
von Radsport König versu Radsport  
chen weitestgehend alle welches  
Produkte persönlich zu te Funktion  
sten, bevor diese ins Sorti Besonde  
ment aufgenommen wer angeht,  
den. Es werden auch fach dentlich  
männische Reparaturen zug auf  
ausgeführt, schnell zuverlässig haltung.  
und das zu fairen Prei Radfahr  
mieden. mien  
Das Angebot von Radsport Durch im  
König umfasst ein riesiges Entwick  
Sortiment an Teilen und Zu gen ist  
behör, mer au  
es werden Fahrräder aller Stand w  
Art angeboten, ob die Renn Radfahr  
maschine für den Spitzens steht au  
portler oder das komforta bot an  
ble im Se  
ler Rad für den Genussfah len im Se  
rer. E-Bikes (Pedelects) befin föhrende  
den sich ebenfalls im Ange Gesund  
bot. Radsport König ist welches  
Bosch E-Bike Spezialist und nig e  
Stützpunkthändler schmerz  
Die Stärke des Unterneh mens liegt in der individuel  
len Beratung und Gestal sein.  
tung von Fahrrädern. Es wer Auf meh  
den alle Wünsche und Vor triebsflä  
stellungen mit einem indivi Sie sich  
duellen Bike erfüllt. Service  
Ob man ein Rad auf Maß König ar  
zeugen s