

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 Gesprächs, 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-

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



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

befreit, sodass der Klient oft augenblicklich eine Erleichterung und Entspannung auf Körperebene 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 Körperebene 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

alles keine Köfels Computervernommen werden bei dberücksikommer Radsport welches Funktion Besondere angeht, dentlich zug auf Radfahrhaltung. Radfahr mieden Durch im Entwicklgem ist mer au Stand w Radfahr steht au bot an e len im Se le Sätze führende Gesund welches nig e schmerz sein. Auf meh triebsf lä Sie sich Service König ar zeugen s



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 Aussteltung an eine Köhrrädern und Zubehör. tels h Radsport König bietet Produ Computktauswahl vieler namhaf serverm Hersteller und distanziert genom sich bewusst von dem Ange bot vieler „Fachmärkte“, de nen der Profit vor dem Produ kt steht. Die Mitarbeiter von Radsport König versu chen weitestgehend alle Produkte persönlich zu te sten, bevor diese ins Sorti ment aufgenommen wer den. Es werden auch fach männische Reparaturen zug auf ausgeführt, schnell zuverlässig und das zu fairen Prei sen. Das Angebot von Radsport Durch im König umfasst ein riesiges Entwick Sortiment an Teilen und Zu behör, gen ist es werden Fahrräder aller Stand w Art angeboten, ob die Renn maschine für den Spitzensportler oder das komfortable Rad für den Genussfahrer. E-Bikes (Pedelects) befinden sich ebenfalls im Angebot. Radspport König ist Gesund Bosch E-Bike Spezialist und welches Stützpunkthändler nig e Die Stärke des Unternehmens liegt in der individuellen Beratung und Gestaltung von Fahrrädern. Es werden alle Wünsche und Vorstellungen mit einem individuellen Bike erfüllt. König ar Ob man ein Rad auf Maß zeugen s