



WAS IST LOGOSYNTHESE®?

Als ich Logosynthese® das erste Mal erlebte, war ich überwältigt welche Wirkung dieser Ansatz hatte. Obwohl ich schon einige Coaching-Erfahrungen gemacht hatte, war das die Bewegendste. Schon nach einer Sitzung spürten nicht nur ich, sondern auch mein Umfeld die deutliche Veränderung in mir. Bald wurde mir klar: etwas, das so wirksam ist, will ich auch können. Und so begann ich Anfang 2015 meine Ausbildung. Mittlerweile bin ich Masterpractitioner in Logosynthese®. In meinen Coachings setze ich auf Logosynthese® weil meine Klienten am Ende jeder Sitzung einen Schritt weiter sind.

WAS IST LOGOSYNTHESE?

Die von Dr. Willem Lammers entwickelte Logosynthese® ist ein energitherapeutischer Ansatz, der direkt an unbewussten Überzeugungen, Mustern und Blockaden ansetzt. Sie gehört damit zu den, in Coaching und Therapie immer populärer werdenden Energiemethoden, da sie schnell und nachhaltig wirken. Was wir mit der Ratio nicht lösen können, verändern wir in den Bereichen unseres Systems, in denen die Blockaden oder Muster wirklich verankert sind.

Die Grundidee der Logosynthese® ist, dass in allem, was uns belastet Energie gebunden ist, die uns in unserem Leben nicht zur Verfügung steht. Zudem halten wir die Energie anderer fest und blockieren uns damit zusätzlich. Wenn Sie selbst an ein negatives Erlebnis denken, das Sie noch immer beschäftigt, wird das klar: Ihre Energie steckt in der Erinnerung selbst, die immer wieder auftaucht. Dann sind in der Regel ein oder mehrere andere Menschen beteiligt, deren Energie Sie ebenfalls festhalten, indem sie immer wieder an sie denken. Und weitere Energie steckt in Ihrer Reaktion, beispielsweise Angst, Wut, Scham, Trauer oder Ähnlichem.

In der Logosynthese® arbeiten wir mit Erinnerungen, Körperwahrnehmungen, den verschiedenen Sinneskanälen und vor allem mit Sprache. Den Kern der Methode bilden Sätze, mit denen die gebundene Energie freigesetzt wird. Die meisten Klienten können diese freigewordene Energie regelrecht in ihrem Körper spüren. Stück für Stück werden so Blockaden und Muster aufgelöst. Stressige Situationen werden entspannt, lang vertraute Negativreaktionen bleiben aus und Blockaden werden gelöst. Plötzlich wird es beispielsweise möglich Pläne ohne weitere Verzögerung umzusetzen oder einem, vorher als stressig empfundenen Menschen gelassen zu begegnen.

WANN IST DIE ARBEIT MIT LOGOSYNTHESE SINNVOLL?

Die Arbeit mit Logosynthese im Coaching ist beispielsweise sinnvoll wenn Sie...

- ... beim Verfolgen eines Ziels nicht weiter kommen, weil Sie innerlich „etwas“ zurückhält
- ... auf bestimmte Situationen überreagieren
- ... sich immer wieder selbst boykottieren
- ... ungünstige Verhaltensmuster bei sich feststellen
- ... durch hinderliche Überzeugungen ausgebremst werden
- ... sich nicht entscheiden können oder in einem Dilemma stecken
- ... in der Beziehung zu einem wichtigen Menschen immer wieder an Grenzen stossen
- ... sich unzufrieden fühlen und allein keine Veränderung hinbekommen.

Ich biete Coachings in Deutsch und Englisch an. Die Sitzungen finden üblicherweise online, via Zoom statt. Nach vorheriger Absprache sind aber auch persönliche Coaching-Sitzungen auf Mallorca möglich.

WEITERE INFORMATIONEN:

Hier noch einige Quellen, wenn Sie mehr über die Methode erfahren wollen:

- Auf YouTube demonstriert Willem Lammers das Basisprozedere in Deutsch: <https://bit.ly/3063dlt>
- Buchtipps:
 - „Angst lass nach“, Dr. Laurie Weiss
 - „Selbstcoaching mit Logosynthese“, Dr. Willem Lammers