



Das weiße Blatt



Hello Max Mustermann!

In diesem Newsletter laden wir Sie herzlich ein, mit uns einen Blick auf die Magie des »weißen Blattes« zu richten. In dieser Zeit, in der Krisen, politische Umstürze, wirtschaftliche Einschnitte und permanente Veränderungen an der Tagesordnung sind, sitzen viele Menschen tagtäglich vor dem weißen Blatt:

Was bringt die Zukunft?

Woher soll ich wissen, was die richtige Entscheidung ist, was notwendig ist?

Was soll ich tun und sagen?

Oder ganz alltäglich gedacht: wie beginne ich den Text meiner Präsentation, meines Konzeptes, meines Artikels, meiner Rede?

Wir haben uns in diesem Newsletter vom weißen Blatt inspirieren lassen und hoffen, dass der Funke zu Ihnen herüberspringt.

Heute gerät schon ein leeres weißes Blatt in Gefahr, für ein Kunstwerk gehalten zu werden.

(Robert Lembke)

Wir freuen uns darauf, Ihnen auch im kommenden Jahr zu begegnen und Sie auf Ihren persönlichen und unternehmensbezogenen Entwicklungspfaden zu begleiten.

Wir wünschen Ihnen ein schönes, friedvolles und erfülltes Jahr 2025!

Mit herzlichen Grüßen,
Luise Lohkamp

Der Newsletter 2025 – das weiße Blatt Papier

Luise Lohkamp

Im Oktober an einem sonnigen Wochenende in der Schweiz erzählte ich meinem Partner vom kommenden SL Newsletter und gestand: »ich habe noch überhaupt keine Idee für den SL Newsletter, ich sitze da wie vor einem weißen Blatt Papier.«

Er schwieg einen Moment, dann grinste er und meinte und »genau das ist die Idee: das weiße Blatt Papier«. Ich war sofort begeistert und die Ideen zu möglichen Aspekten hierzu sprudelten. Mein SL Team ist auch mit tollen Ideen angesprungen und wir hatten viel Freude mit dem weißen Blatt, wir hoffen Sie auch!

[Weiter →](#)





Das weiße Blatt – ist da wirklich nichts ... ??

Verena von Nottbeck

Da liegt es nun vor mir – das weiße Blatt.



Unbeschrieben und jungfräulich. In diesem Moment lädt es mich nicht ein, das zu ändern, In meinem Kopf ist nichts als Leere. Ich habe den Auftrag, dieses Blatt mit Worten zu füllen. Und ... nichts passiert.

Ich drehe es linksherum, ich drehe es rechtsherum, mal etwa 90 Grad, mal mehr mal weniger. Und es ist immer noch leer. Das Maß ist DinA4 und wenn ich es aufhebe und in das Licht halte, dann sehe ich etwas wie ein Wasserzeichen.

[Weiter →](#)



Wenn Führungskräften nichts einfällt – das weiße Blatt als Chance

Daniela Lau



Kennen Sie das Gefühl, vor einem »weißen Blatt« zu stehen – ohne Lösung oder zündende Idee?

Viele Führungskräfte, mit denen ich im Coaching oder in Organisationsentwicklungsprozessen arbeite, kennen diese kreative Blockade in Entscheidungs- und Veränderungsprozessen, in denen hohe Verantwortung, komplexe Anforderungen sowie Zeitdruck dominieren.

Gleichzeitig spüren sie häufig die Erwartung des Umfelds, mit Souveränität und Weitblick, schnell und zielführend Lösungen zu finden. Häufig ein enormer Druck.

[Weiter →](#)

Das weiße Blatt als Konzept

Christiane Jost

Weiß bietet so unendlich viele Möglichkeiten, Chancen, Risiken, Herausforderungen

Weiß macht alles möglich ...

Turbulente, volatile, sehr herausfordernde Zeiten auf allen Ebenen. Die Welt verlangt nach Lösungen in alle Richtungen, politisch, klimatechnisch, zwischenmenschlich und noch viel mehr ... Wie gern würden wir die Schublade, den Ordner öffnen und rezepthaft eine Lösung liefern. Falls es diese Option jemals in Ansätzen gab, dann ist dies lange Vergangenheit. So hatten wir als Trainerin, Beraterin und Coach vor vielen Jahren sicher die Möglichkeit und auch Notwendigkeit, Konzepte für Trainings und Prozessbegleitungen zu liefern, an denen wir uns klar

orientieren konnten. Unsere Rollen waren diesbezüglich stabil.

Ein leeres Blatt – was verbindest du damit?

Gundula Krawczyk-Wöhl

An was denkst du? Erinnerst du dich an wichtige Arbeiten, die du schreiben musstest, schreiben wolltest? Und welche Gefühle stellen sich ein?

Ich habe einige Menschen um mich herum befragt. Die meisten berichten von eher unangenehmen Gefühlen. »Ich wusste nicht, wie ich anfangen sollte, habe es ewig vor mir hergeschoben, fühlte mich blockiert ...«

Für mich ist ein leeres Blatt seit einiger Zeit zu einem positiven Bild verbunden mit angenehmen Gefühlen geworden.

[Weiter →](#)



Zaudern oder der Zauber des Anfangs? Die Angst vor dem leeren Blatt Papier

Reinhard Ahrens



Kennst Du das? Du willst einen Text schreiben. Du hast dir auch schon viele Gedanken gemacht. Jetzt müssen sie nur noch aus dem Kopf aufs Papier. Doch kaum sitzt du am Schreibtisch, passiert – nichts. Alles leer. Dabei war doch alles unter der Dusche noch perfekt formuliert, und nun: totale Blockade. Woher kommt die große Leere? Warum sind die Worte plötzlich wie weggeblasen?

Spannende und hilfreiche Antworten liefert die PSI-Theorie (Persönlichkeits-System-Interaktionen) von Dr. Julius Kuhl (Prof. em. Univ. Osnabrück).

[Weiter →](#)



Selbsterfahrung mit Aikido und Pferden

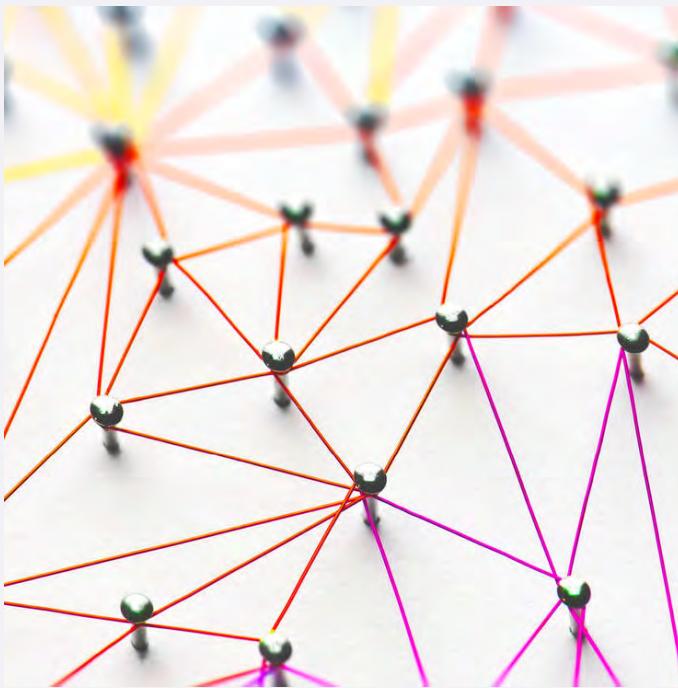
In diesem Jahr haben wir zum ersten Mal das Selbsterfahrungsseminar mit Aikido und Pferden angeboten. Was für intensive Tage mit viel Tiefgang und spannenden Erfahrungen. Mit diesem Thema gehen wir als Trainerinnenteam (Natalia Berrio-Andrade und Luise Lohkamp) auf den ITAA Weltkongress in Montpellier im August 2025 und stellen unsere Arbeit dort vor.

[Mehr →](#)

Führung und Persönlichkeit – Pferde als Spiegel

Was können Sie als Führungskraft von Pferden lernen? Sich selbst besser kennen zu lernen und wirksam zu handeln. Im Kontakt mit den Pferden können Sie erfahren, wie gut es Ihnen gelingt, Vertrauen aufzubauen und eine natürliche Autorität zu entwickeln sowie zielfokussiert und gelassen zu agieren. Sie bekommen von den Pferden einen direkten Spiegel Ihrer Wirksamkeit vorgehalten und können auf dieser Basis Ihr Verhaltensrepertoire erweitern.

[Mehr →](#)



Informationsabende zur Ausbildung in Transaktionsanalyse

Aktuell ist die Nachfrage zur Weiterbildung in Transaktionsanalyse mit systemischem Hintergrund groß, die zweite TA Berater-Gruppe für 2025 entsteht gerade. Der Nutzen dieser Psychologie in der Wirksamkeit der unterschiedlichsten Rollen als Führungskraft, Personalentwickler:in, Organisationsentwickler:in, Coach, oder Berater:in ist schnell spürbar. Sie interessieren sich für die Transaktionsanalyse und möchten sich informieren, welche Möglichkeiten es gibt, sich in einem kompakten Seminar oder in einer berufsbegleitenden Weiterbildung mit Transaktionsanalyse zu beschäftigen? Die Transaktionsanalyse kann für Sie eine Psychologie sein, die Ihnen beispielsweise als Coach, als Führungskraft sowie als Berater:in eine sinnvolle Basis Ihres professionellen Handelns bietet.

Weiterbildung zum Systemischen TA Coach

Die Weiterbildung zum Systemischen TA Coach als zertifizierbarer Bestandteil der TA-Weiterbildung hat weiterhin viel positive Resonanz. Wir drücken den Weiterbildungskandidat:innen die Daumen für Ihre Coach-Prüfung Mitte Januar! Wir starten im Mai 2025 wieder die nächste Gruppe, die schon einige Interessent:innen hat. Ihre Aufgabe ist es, Menschen in ihrer professionellen und persönlichen Entwicklung zu unterstützen? In dieser Rolle sind Sie aktuell als Führungskraft, Unternehmer:in, Personaler:in, (agiler) Coach oder Scrum Master, Freiberufler:in, Trainer:in/Berater:in/OE-ler:in unterwegs und möchten sich nun als Systemischer TA Coach im Businesskontext professionalisieren?

[Mehr →](#)

[Mehr →](#)

Hier können Sie sich über unsere offenen SL-Veranstaltungen informieren:

Copyright ©2025 SL Consult
Vielen Dank für Ihr Interesse an SL Consult.

Kontakt

Eppendorfer Landstraße 9
20249 Hamburg
Telefon +49 40 40 19 53 83
luise.lohkamp@sl-consult.de
www.sl-consult.de



[Wenn dieser Newsletter nicht richtig angezeigt wird, klicken Sie bitte hier >](#)
[Klicken Sie hier um sich aus dem Verteiler abzumelden >](#)