

Von: **Ernst Schulze Bremer** kontakt@schulzebremer.de
Betreff:
Datum: 31. Mai 2014 17:47
An:

Wenn dieser Rundbrief nicht korrekt angezeigt wird, klicken Sie bitte hier zur Online-Ansicht.



Rundbrief Juni 2014

Impulse für Achtsame Entwicklung
und Systemische Lösungen

Ernst und Sigrid Schulze Bremer



Liebe Leserin, lieber Leser,

„Der Preis der Freiheit ist ständige Achtsamkeit.“

Dieser Satz begleitet unser Leben und Arbeiten. Wenn wir unbewußt werden, übernehmen unsere erlernten, oft selbstbegrenzenden Muster die Führung. Achtsamkeitspraxis und einfühlsame Selbsterforschung dagegen stärken unser Präsenz im Hier und Jetzt, den Platz in unserer inneren Mitte, von wo aus wir das Leben kraftvoll, inspirierend, erfüllend und friedvoll leben können. Das berichten auch unsere Klienten in [Therapie](#), [Coaching](#) und [Supervision](#) sowie in unseren [Seminaren](#) und [Lehrgängen](#).

Einen sehr praktischen, innovativen Beratungsansatz für mehr Lebensqualität von innen stellen wir Ihnen in einem [Vortrag](#) am 2. Juli in Göttingen vor. Männer aus der Region Göttingen, laden wir am 21. September zum Thema [MannSEIN](#) ein, mit der Idee Männergruppen zu verabreden.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen und einen schönen Sommer

Ihre

Ernst und Sigrid Schulze Bremer

1. Kostenloser Vortrag: Traumaheilung durch Selbstregulation am 2. Juli 2014

(vgl. auch [3. Aufbaulehrgang: Kernfähigkeiten stärken in der Systemischen Beratung](#))

An diesem Abend stellen wir einen integrierten Beratungsansatz vor, der zeigt wie wir uns selbst und Klienten darin begleiten können, alte Traumabelastungen aufzulösen, ohne problemorientiert in die Vergangenheit zu regredieren. Wenn wir mit den Inneren Anteilen in Kontakt kommen, die sich sicher und vertrauensvoll fühlen und in guter Selbstorganisation sind, wirkt dies auch integrierend auf die belasteten, traumatisierten inneren Anteile der Persönlichkeit. Dabei bleibt der Klient im Hier und Jetzt und alte Traumata können gelöst werden ohne sie inhaltlich zum zentralen Gegenstand der Therapie oder Beratung zu machen. Die Selbstregulationsfähigkeit des Körpers wird genutzt um die Reregulierung des Nervensystems zu unterstützen. Diesen Beratungsansatz vermitteln wir 2015 im Aufbaulehrgang "Kernfähigkeiten stärken" (vgl. unter [3.](#))

Referenten: Ernst und Sigrid Schulze Bremer.

Termin: 2. Juli 2014, 19.30 - 21.00 Uhr, Institut Consens, Göttingen-Herberhausen, Hohe Linde 14.

Anmeldung: bitte vertraulich über eine [Doodle-Liste](#).

[Zur Vortragsbeschreibung](#)

2. Basis-Lehrgang: Systemische Familienberatung (vhsConept)

Dieser bewährte Basislehrgang hat breite Anerkennung in den Bereichen Sozialarbeit, Erziehung, Schule und Jugendhilfe gefunden. Wir legen neben dem Einüben einer Vielzahl von Methoden für den Beratungsalltag grossen Wert auf die Entwicklung der Beraterpersönlichkeit. Den Lehrgang führen wir in Kooperation mit verschiedenen Volkshochschulen durch. Termine:

- VHS Norden: Beginn 24. November 2014. Info-Abend 25. September 19.00 Uhr.

- VHS Braunschweig: Beginn: 14. November 2014. Info-Abend 22. September 19.00 Uhr.

- VHS Göttingen: Beginn: 14. November 2014. Info-Abend: 6. Oktober 19.30 Uhr im Haus-Consens.

[Zur Lehrgangsbeschreibung](#).

3. Aufbaulehrgang: Kernfähigkeiten stärken in der Systemischen Beratung.

Gute Bindung – Echte Autonomie – Lebendigkeit und Resilienz

Dieser Aufbaulehrgang vermittelt einen eigenständigen Beratungsansatz zur Lösung aus alten, belastenden Lebensbewältigungsstrategien. Traumatische Erfahrungen können verarbeitet werden. Zielgruppe sind vor allem Berater und Therapeuten. Sie erfahren, wie wir für uns selbst und in der Arbeit mit unseren Klienten den Kontakt zur eigenen Seele und mit den Mitmenschen stärken können. Das stillt auch die tiefste Sehnsucht, sich durch und durch lebendig zu fühlen und sein Leben noch kraftvoller zu gestalten. Termine:

durch Lebendigkeit zu fühlen und sein Leben noch klarvoller zu gestalten. Termine.

- VHS Norden: Beginn: 16. Januar 2015. Info-Abend 25. September 20.00 Uhr.

- Göttingen: Beginn: 6. März 2015. Info-Abend: 27. Januar 2015, 19.30 Uhr im Haus-Consens (Veranstalter).

[Zur Lehrgangsbeschreibung.](#)

4. Abendkurs: Achtsamkeit im Alltag:

Thema: Unserer Wahren Natur auf der Spur - Die essentiellen Qualitäten entfalten (Wintersemester 2014/15 mit 12 Abenden)

Auf der Suche nach Sinn und mehr Lebensqualität von innen kommen wir tiefer mit unserer Seele in Kontakt. Im kommenden Herbst-/Wintersemester wollen wir erforschen welche Natur und welche Qualitäten die Seele, die wir ja selbst sind, hat. Was hält uns oft davon ab, tiefer mit ihr in Kontakt zu kommen. Wie ist es, ihre Dynamik, Lebendigkeit, Kraft und Schönheit direkter und klarer zu erfahren.

Beginn: 24.09.2014.

[Zur Kursbeschreibung](#)

5. Bildungswochen:

- VHS Göttingen: **Achtsamkeit, innere Balance und Lebensfreude.** 3. - 7. November 2014. [Zur Beschreibung](#)

- VHS Norden: **Achtsamkeit, innere Balance und Lebensfreude.** 24. - 28. November 2014. [Zur](#)

[Beschreibung](#)

- VHS Göttingen: **Achtsame Selbsterforschung** - Mit der Seele in Einklang kommen. 2. bis 6. März 2015. [Zur](#)

[Beschreibung](#)

- VHS Braunschweig: **Kreative Systemische Ansätze** in der Arbeit mit verhaltensauffälligen Kindern, Jugendlichen und deren Eltern. 2. bis 6. März 2015. [Zur Beschreibung](#)

6. Seminar: Familienaufstellungen - Die Ordnungen der Liebe

VHS Göttingen: 22. November 2014. [Zur Seminarbeschreibung](#)

7. Links zum Lesen, Hören, Sehen:

- **Buch:** Elaine N. Aron: Sind Sie hochsensibel? Wie Sie Ihre Empfindsamkeit erkennen, verstehen und nutzen. [Ab 13,50 €](#)

- **DVD:** Outsourced. Was alles möglich ist, merkt man erst, wenn man es einfach macht. [Ab 7,77 €.](#)

- **CD:** Annett Louisan: Unausgesprochen. (Tanz- und träumbare frech-tiefgründige Ohrwurm-Chansons.) Bei iTunes oder [Ab 6,79 €](#)

- **Video:** Hans Rosling: Entwicklung von Wohlstand und Lebenserwartung seit 200 Jahren. [YouTube-Video](#)

- **Video:** Hans Rosling: Religions and Babies: Entwicklung der Weltbevölkerung. [YouTube-Video.](#)

8. Zitate zu Erfahrungen, Leben und Sein.

* „Wir denken, dass wir Erfahrungen machen, aber die Erfahrungen machen uns.“

(Eugene Ionesco)

* „Wir haben mit der Vergangenheit abgeschlossen, aber die Vergangenheit nicht mit uns.“

(aus „Magnolie“ Spielfilm 1999)

* „Das Leben wird nach vorn gelebt, kann aber erst nach hinten verstanden werden.“

(Sören Kierkegaard)

* „Je mehr wir uns erlauben, voll und ganz zu erfahren, wer wir sind, desto grösser die Möglichkeit einer Veränderung..“

(Laurende D. Heller)

Impressum: Institut Consens für Systemische Lösungen, Ernst und Sigrid Schulze Bremer GbR, Verantwortlich: Ernst Schulze Bremer

Hohe Linde 14, 37075 Göttingen, Tel. 0049 (0)551 21091, Fax 0049 (0)551 23850, E-Mail: kontakt@schulzebremer.de, www.schulzebremer.de