

Gerda Ehrlenbruch

Lehre • Coaching • Beratung

Jahrgang 1, Ausgabe 2

NEWSLETTER

„Nichts geschieht, bis sich etwas bewegt.“

Themen dieser Ausgabe

- Ihr/Euer Feedback:
Herzlichen Dank
- Neuigkeiten
- Workshops & Seminare
- Über den Tellerrand ...
- Vorschau
Juli bis September

Liebe Interessierte,
liebe Kollegen und liebe Neugierige!

Herzlichen Dank für Ihr und Euer Feedback. Über die positive Resonanz habe ich mich sehr gefreut und fühle mich bestärkt, meinen eingeschlagenen Weg weiter zu gehen.

Vielleicht motivieren Euch die längeren Tage, steigenden Temperaturen und das Wiedererwachen der Natur zu eigener Bewegung.

Mich hat es bereits er-

fasst. Anfang März nahm ich eine Auszeit für *Aikido und Konfliktlösung*.

Das von Martin Hensel entwickelte Trainingskonzept zielt darauf, sich selbst und andere Menschen in Konfliktsituationen zielgerichtet, angemessen und beweglich zu führen. Der Coach, Lehrtrainer und diplomierte Sozialarbeiter entwickelte sein Angebot auf der Grundlage des eigenen langjährigen Kommunikations-, Konflikt- und Aikido-Trainings.

Für mich waren es zwei bereichernde, inspirierende und erholsame Tage in Neuss. Und da bleibt es nicht aus, dass diese Erfahrungen auch in meiner Arbeit sichtbar werden.

Wer Näheres dazu erfahren möchte klicke auf www.martin-hensel.com. Viel Spaß beim Stöbern.

Und in den Zeiten des Hassen wünsche ich fröhliche Ostern und viele bunte Impressionen

Ihre/Eure
Gerda Ehrlenbruch

NEUIGKEITEN

Weiterentwicklung

Auf der Grundlage meines Konzeptes der *Getanzten Biografie* geht es weiter hin zur „Bewegten Prozessbegleitung“ (BPB).

Für körperorientierte Menschen ist dies ein ganz spezieller Einstieg in ein Coaching. Für Gruppen

oder Teams bietet BPB u.a. die Möglichkeit, der bewegten Teambildung, Erweiterung der Kommunikationskompetenz oder auch eine andere Art der Konfliktlösung.

Ab Herbst gibt es dazu ein Forschungslabor. Anmeldung ab sofort.





Forschungslabor: Bewegte Prozessbegleitung (BPB)

Die Schritte meines bisherigen Weges prägten das Experimentieren, Ausprobieren und Erforschen von Menschen, deren Verhalten und Umständen. Darüber kann Neues und vielleicht Ungewöhnliches mit Leichtigkeit in einer offenen und angenehmen Atmosphäre entstehen. So ist es möglich, in einem wertfreien Raum auszuprobieren, zu verwerfen, wieder aufzunehmen, was bereits in die Schublade der Vergangenheit gesteckt, abgelegt wurde. Es gibt in diesem Rahmen keine Grenzen.

So liegt es nahe, dass ich auch bei der Entwicklung und Konzeption neuer Angebote in ein, mein Forschungslabor gehe. Die Ergebnisse finden sich in meinen Kursen, Seminaren oder auch Workshops.

Dabei habe ich die Erfahrung gemacht, dass dieser Entwicklungsprozess in mehrfacher Hinsicht wirksam wird: Zum einen entsteht ein Angebot, ein Produkt (Außenwirkung), zum anderen finden interpersonelle Veränderungsprozesse (Innenwirkung) statt. Es gibt somit ein äußeres und inneres Erleben, das zur Veränderung führt.

Diesen Erlebens-Raum möchte ich für Interessierte öffnen. Sie können, Ihr könnt teilhaben an einem Gestaltungsprozess. Es ist ein leiblich und kognitiv erfahr- und spürbarer Prozess, ein Lernen mit allen Sinnen.

Im Forschungslabor Bewegte Prozessbegleitung machen wir uns gemeinsam auf den Weg. Wir finden vielfältige Lösungs-

ansätze für persönliche wie berufliche Anliegen. Die Bedürfnisse der Gruppe stehen im Mittelpunkt.

Als Trainerin gebe ich theoretischen Input, Impulse, Feedback, fasse zusammen und begleite. Und: Ich stelle meine Erfahrung zur Verfügung.

Wichtig ist mir neben Wertschätzung und Humor ein experimenteller, kreativer und spielerischer Ansatz - ganz im Sinne des *homo ludens*, des spielenden Menschen.

Ich heiße Sie herzlich willkommen.

Termine:

5 Termine à 8 Stunden
Start: 28.10.2012 von 10.00-18.00 Uhr

Nähere Informationen zum Ablauf und Kosten demnächst.

... wenn eine Person beginnt, kreativ zu arbeiten, sind die Grenzen aufgehoben - der Künstler kann genauso realistisch sein wie der Physiker und der Physiker genauso phantasievoll wie der Künstler.

Mihaly Csikszentmihalyi

Workshops & Seminare & Vorträge

APRIL 2012

Performancetraining Kompakt

17.-19.04.12, 18.30-21.30 Uhr

FREIRAUM Women Space

25.04.12, 19.00-22.00 Uhr

Getanzte Biografie

27.-28.04.12,

Freitag: 18.00 - 22.00 Uhr, Samstag: 10.00-18.00 Uhr,

Sonntag: 10.00-14.00 Uhr

Körper und Stimme.

Unter vier Augen und Ohren

nach Absprache

Workshops & Seminare

MAI 2012

Körper und Stimme.

Unter vier Augen und Ohren
nach Absprache

Die Magie gelungener Präsentation

12.-13.05.2012, 10.00 - 17.00 Uhr

Körper und Stimme Kompakt

23.-25.05.2012, 18.30 - 21.00 Uhr

JUNI 2012

Getanzte Biografie

22.-24.06.12, Freitag: 18.00 - 22.00 Uhr,
Samstag: 10.00-18.00 Uhr, Sonntag:
10.00-14.00 Uhr

Talentreise

Fähigkeiten und Ressourcen erfahren
07.06.2012, 10.00 - 18.00 Uhr
(Fronleichnam)

FREIRAUM Women Space

20.06.2012, 19.00 - 22.00 Uhr

Über den Tellerrand ...

LESENSWERT

Hinnerk Polenski, 2012:

Hör auf zu Denken, sei
einfach glücklich! Droe-
mer.

„Folge dem Weg deines
Herzens!“ so der Zen-
Meister Hinnerk Polenski
in seinem Buch „Hör auf
zu denken - sei einfach
glücklich!“

Die Sehnsucht nach Glück
haben wir alle, wir suchen

und suchen, zermartern
uns Herz und Hirn.

Im Dialog mit der Journa-
listen Ulrike Wischer er-
hält der Leser in verständ-
licher Weise Antworten
auf ach so alltägliche Fra-
gen wie „Warum leiden
wir? Wie stoppe ich die
Gedankenflut in meinem
Kopf? Gibt es wirklich ein
Rezept zum Glücklich-
sein?“

Gelassenheit und innere

Ruhe lassen uns letztend-
lich glücklich sein. Es ist
der Weg des ZEN.

Polenski öffnet im Ge-
spräch den Blick für die
zeitlosen Weisheiten der
jahrtausendalten Lehre.

Ein lesenswertes Buch
und ein Genuss an den
Ostertagen.

SEHENSWERT

Kunst im Rathaus: Claudia Maschek - L'espaces ...

Für Kurzentzschlossene gibt es in den Osterferien noch ein Ausflugsziel ganz in der Nähe. Im Rathaus Neunkirchen präsentiert Claudia Maschek die Vielfalt ihrer Kunst bis zum 25.04.

Die Malerin, Dichterin und Performerin zeigt eine Auswahl ihrer Bilder und Beispiele ihrer Lyrik aus den Schaffensperioden zwischen 1999 bis 2011. Zentrales Thema der 1955 in Rheydt geborene Künstlerin ist der Raum - der innere wie äußere. In diesen Räumen drückt sie ihre tiefe Sehnsucht nach dem Leben und dessen Gehalt aus. Nichts soll darin vollkommen sein.

L'ESPACES



Rathaus Neunkirchen-
Seelscheid
übliche Öffnungszeiten
des Rathauses

„Ich will ihn reich und üppig haben, meinen Garten. ICH BIN.“ C.M.

Ihre Sehnsucht macht die Künstlerin mutig, Neues, Schwieriges und scheinbar Unmögliches auszuprobieren. Ihre Werke sind mehr als Malerei. In ihnen findet der Betrachter Worte und Bewegung zugleich. Sie sind mehrschichtig, teils dreidimensional. Ihre Pinselstriche sind Bewegung pur: sanft, dynamisch, stark; die Motive archaisch. Häufig gibt es Figuren, die in Bewe-

gung sind, die Tänzer sind.

In ihren späten Werken geht die Künstlerin neue Wege. Sie beginnt mit Collagen, geht in die dritte Dimension, experimentiert mit Sprache. Schließlich ist es der Körper, durch eine Krankheit stark ins Bewusstsein und Empfinden gerückt, den sie in den Mittelpunkt stellt. Eine Sehnsucht nach körperli-

chem Ausdruck wird spürbar. ...

L'éspace ist als ein begehbarer, mit allen Sinnen wahrnehmbarer Raum zu verstehen.

Der Künstlerin ist ein mehr an Ausstellungsfläche zu wünschen. Ein Raum ganz in ihrem Sinn, mit allen Sinnen wahrnehmbar. Vor allem ein Raum der zeitlich zugänglicher ist.

Es ist die Sehnsucht, die mich oft so tief hinab wirft und oft weit nach vorne treibt in diese Welt ... unsere Welt.

Claudia Maschek, 1980



Vorschau Juli - September

JULI 2012

Die Magie gelungener Präsentation
07.-08.07.2012, 10.00 - 17.00 Uhr

SOMMERSPECIAL 09. bis 27.07.2012

- Körper und Stimme
- Bewegt und entspannt in den Tag
- AusZeit: Bewegung, Stimme, und Tanz.

AUGUST 2012

FREIRAUM für mich - FERIEN

SEPTEMBER 2012

FREIRAUM Women Space
12.09.2012, 19.00 - 22.00 Uhr

Getanzte Biografie

14.-16.09.2012, Freitag: 18.00-22.00 Uhr,
Samstag: 10.00-18.00 Uhr, Sonntag:
10.00-14.00 Uhr

Lass mich mein Leben tanzen ...

Interaktiver Vortrag
28.09.2012, 20.00 bis 21.30 Uhr

Kontakt

Gerda Ehrlenbruch

Lehre • Coaching • Beratung

Fon 0221 800 68 352
Fax 0221 800 68 351
Mobil 0176 496 17 594

Mail post@gerdaehrlenbruch.de
www.gerdaehrlenbruch.de

Impressum
Konzeption/Gestaltung/Redaktion
Gerda Ehrlenbruch

Foto S1
Sarah Ehrlenbruch

Titel-Malerei
Claudia Maschek

AUS DER REIHE GETANZT

Der Newsletter
SOMMER 2012
Ferienprogramm

erscheint am 5. Juni