NET2LEARN

Nr. 10

AlexanderTechnik und Trauma

mit Ruth Hommelsheim

Dienstag, 27. Februar 2024

18:30 Uhr

Dauer: 60 min

Durchgeführt auf Zoom

Beschreibung

Vielleicht hast du das auch schon erlebt? - Du arbeitest mit einer Klientin oder einem Klienten auf dem Tisch. Plötzlich zeigt diese Person eine unerwartete Reaktion: sie fängt - scheinbar grundlos - an zu weinen, wird wütend oder zittert. Wie können AlexanderTechnik-Therapeut:innen in so einer Situation reagieren? Wir sind gewohnt, über Reize und Reaktionen sowie über Gewohnheiten zu sprechen. Wie aber berücksichtigen wir bei unserer Arbeit mögliche emotionale Ursachen scheinbar rein physischer Probleme?

Genau darum geht es in diesem Gespräch mit Ruth Hommelsheim. Ruth berichtet, was sie während ihrer Ausbildung, die sie bei Anthony Kingsley in London absolvierte, gelernt hat. Eines ihrer Hauptthemen in ihrer Ausbildung lag auf: “Traumainformierte AlexanderTechnik” und wie diese bei der Integration von emotionalen Themen helfen kann.

Moderation: Antje Reichenbächer

Über Ruth Hommelsheim

Ruth Hommelsheim studierte Fotografie und ist seit drei Jahrzehnten als Fotografin und freie Künstlerin tätig. Die Lösung für ihre migräneartigen Kopfschmerzen, die seit ihrer Kindheit regelmässig auftraten, fand sie schliesslich in der AlexanderTechnik. Diese half ihr, die Häufigkeit der Kopfschmerzen signifikant zu reduzieren. Ihr Weg führte sie schliesslich nach London, wo sie die dreijährige Ausbildung bei Anthony Kingsley an der Alexander Teacher Training School (ATTS) absolvierte. Es war ein intensiver Prozess der Selbstentwicklung und Integration sowie des Lernens, wie man die Technik anwendet und andere in ihrem Prozess begleitet. Neben ihrer Arbeit als Fotografin ist Ruth als AlexanderTechnik-Lehererin in London tätig. Mehr über Ruth: **https://poiseandpresence.info/**

Anmeldung und Kontakt

Diese Weiterbldung richtet sich an alle AlexanderTechnik-Interessierte und ist gratis. Wenn du einen Nachweis für deine Teilnahme benötigst, kreuze dies bitte im Formular an (wie gewohnt CHF 10)

Anmeldung über folgenden Link:

https://form.jotform.com/233466130031039

Fragen? - jederzeit gern an: areichenbaecher@bluewin.ch