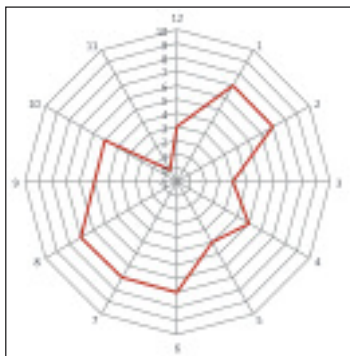


EUTONIE



Angaben von innen
nach aussen:
0 = überhaupt nicht, 10 = trifft voll zu

Legende:

1. Berührung
2. Bewegung
3. Atem
4. Energie
5. Gespräch
6. Stärkung der Selbstwahrnehmung
7. Übungen zur Selbstbehandlung
8. Transfer in den Alltag
9. Körperorientiert
10. Geistorientiert
11. Asiatische Herkunft
12. Westliche Herkunft

CLAIM

Tonusregulierung durch bewusstes und differenziertes Wahrnehmen des eigenen Körpers in der konkreten Lebenssituation

KOMPETENZ

Den Menschen in seiner Ganzheit erfassen und zur bewussten Tonusregulierung begleiten

VERBREITUNG

Anzahl Praktizierende: Schweiz 40; Europa 500; weltweit 1000

GRÜNDUNG

Gerda Alexander (1908–1994), Deutschland/Dänemark

HYPOTHESEN

Der Tonus ist in Wechselwirkung mit allen inneren und äusseren Vorgängen. Gesundheitliche Einschränkungen zeigen sich in einem Tonusungleichgewicht. Durch den Tonusausgleich führt die Eutonie-Arbeit zur Wiederherstellung der ganzheitlichen Gesundheit.

INDIKATIONEN

Beeinträchtigungen auf körperlicher, psychosomatischer, psychischer, sozialer und geistiger Ebene

SETTING

Die Eutonie-Arbeit findet in Einzel- und in Gruppenstunden statt. Verbale Anweisung, Berührung und passive Bewegung sowie selbstständige Bewegungsgestaltung fordern eine aktive Teilnahme. Vielfältige Arbeitssituationen in Ruhe und in Bewegung, im Liegen, Sitzen und Stehen führen den Klienten zum achtsamen Spüren, bewussten Wahrnehmen und durch das persönliche Erleben zur eigenen Tonusregulierung.

LITERATUR

siehe www.eutonie.ch

AUSBILDUNG

Ausbildung zum Branchenzertifikat OdA KT
HFP mit eidgenössischem Diplom

KEYWORDS

Körperarbeit, Tonusregulierung, Achtsamkeit, bewusste Wahrnehmung, Kontaktfähigkeit, Selbstständigkeit

BOTSCHAFT

Für alle Menschen geeignet, vom jüngsten bis ins höchste Alter, antwortet die Eutonie-Arbeit auf die jeweiligen Bedürfnisse und fördert die Lebensqualität.

KONTAKT

Elizabeth Isler, Tel. 021-802 44 28, islereutonie@gmail.com

AUTOR

Elizabeth Isler, Präsidentin ASEGA/SBEGA, www.eutonie.ch
Nicole Bloch, Eutonie-Schule Schweiz, www.eutonie-ausbildung.ch