



SAVE THE DATE: 7.11.2024

Fobiabend: Embodiment in der Physiotherapie

Wie Bewegung und Körperhaltung unsere Emotionen beeinflussen - Evidenz, klinische Praxis, therapeutische Ansätze

Täglich beobachten wir, wie Gefühle und Gemütszustände unseren Körper beeinflussen. Emotionen wie Freude, Angst oder Traurigkeit wirken sich unmittelbar auf unsere Körperhaltung, unseren Gesichtsausdruck und unsere Bewegungen aus. Dieser Verkörperung der Gefühlswelt liegt eine ständige psychophysische Interaktion zugrunde: Einerseits führen Emotionen und Stimmungen «top-down» zu wechselnden körperlichen Reaktionen, sogenannten Embodiments. Beispiele dafür sind Schmetterlinge im Bauch beim Verlieben oder Nackenverspannungen in Stresssituationen.

Andererseits bedeutet Embodiment

auch, dass Muskelspannung, Bewegung oder Körperhaltung «bottom-up» einen direkten Einfluss auf den Gemütszustand haben können. Hierbei führt der Körper in umgekehrter Richtung zu einer Veränderung der Emotionen.

Erkenntnisse aus dem Forschungsbereich der «Embodied Cognition» bilden die Grundlage für die Entwicklung von Embodiment-Übungen. Hierbei werden Bewegungs- und Haltungsvariationen genutzt, um «bottom-up» Stress, Angst oder Depression aktiv zu beeinflussen. Diese Übungen sind eine wertvolle Ergänzung in der Physiotherapie, besonders im Fachbereich

Psychosomatik.

In dieser Abendfortbildung erhältst du Einblicke in die folgenden Themen:

- Theoretische Grundlagen von Embodiment
- Anwendung von Embodiment in der Therapie
- Beispiele von Embodiment-Übungen

Referent: Christoph Burch PT, MAS Functional Kinetic Science, Buchautor: "Entspannungstechniken in der Physiotherapie" Springer Verlag 2021

Datum: Donnerstag, 7. November 2024, um 18:30 Uhr im Anschluss an die Fortbildung offeriert Physiobern einen Apéro

Ort: Weiterbildungszentrum Physiobern im Stade de Suisse, Sempachstrasse 22, 3014 Bern

Anmeldungen: sind bis am 31. Oktober 2024 unter folgendem Veranstaltungslink Fobiabend Embodiment möglich (für Physiobern-Mitglieder ist die Teilnahme kostenlos, Nicht-Mitglieder bezahlen einen Beitrag von CHF 30.-)

Christoph Burch PT, MAS Functional Kinetic Science