



AUFMERKSAMKEIT ALS WERKZEUG

**Neurowissenschaftliche Aspekte und wie
wir sie in unserer Arbeit verwenden können**

Vortrag von

DR. THOMAS HASSA

Feldenkrais-Lehrer und Facharzt für Neurologie

am Freitag 22. November 2019 um 19:00 h
ASZ Schwabing-West, Hiltensperger Str. 76
80796 München

Unkostenbeitrag 10 Euro – Fördermitglieder und
Mitglieder des Fördervereins erhalten freien Eintritt!

Aufmerksamkeit ist ein grundlegendes und allgegenwärtiges Werkzeug unseres Nervensystems. Ob wir wollen oder nicht – in jeder Feldenkrais-Stunde arbeiten wir mit ihr. Sie ist so selbstverständlich, dass wir uns häufig nicht bewusst sind, dass sie präsent ist. Obwohl Moshé Feldenkrais meines Wissens nicht ausführlicher explizit darüber gesprochen hat, setzt er verschiedene Aspekte der Aufmerksamkeit immer wieder in seinen Lektionen ein.

In dem Vortrag werde ich einen Überblick über neurowissenschaftliche Forschungsergebnisse zur Aufmerksamkeit geben. Aber darüber hinaus will ich die Aufmerksamkeit darauf lenken, wie wir aktiv dieses wunderbare Werkzeug in unserer

Arbeit einsetzen können und an einigen Beispielen anschaulich machen, wie wir unsere Arbeit dadurch weiterentwickeln können.

Aufmerksamkeit hat eine körperliche Basis; so wie wir gewohnte Muster der Bewegung haben, so haben wir auch gelernte Muster, wie wir unsere Aufmerksamkeit einsetzen. Diese Muster sind veränderbar; die Integration dieser Veränderung kann leicht und elegant werden wie Bewegungen. Wie wir unsere Aufmerksamkeit ausrichten, das beeinflusst unseren Kontakt zur Umwelt und zu uns selbst.

Nach dem Vortrag wird Zeit für Fragen und Diskussion sein.

Über Dr. Thomas Hassa

Ausbildung zum **Feldenkrais-Lehrer** bei Mia Segal 1996–1999 in Nimwegen/Holland.
Vorträge zu Neurowissenschaft und Feldenkrais in Ausbildungen u. a. bei Eilat Almagor/Israel.
Eigene Feldenkrais-Praxis in Radolfzell am Bodensee. **Facharzt für Neurologie** seit 1998.
Über 22 Jahre ärztliche Tätigkeit in der neurologischen Rehabilitation, davon viele Jahre als Oberarzt.
Zusätzlich über **15 Jahre neurowissenschaftliche Forschung** mit entsprechenden internationalen Publikationen und Kongressvorträgen zu den Themen Neglect, Spiegelneuronensystem, Fatigue, motorisches System und motorisches Lernen, Konversionspareesen. **Dozent** im Studiengang motorische Neurorehabilitation der Universität Konstanz.

Dieser Vortrag wird vom **Förderverein Feldenkrais und somatisches Lernen e. V.** veranstaltet und steht allen Interessierten offen. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

