

Newsletter November 2020

Christiane Wolfes - Coaching und Kinesiologie

Liebe Freundinnen und Freunde der Kinesiologie, liebe Leserinnen und Leser,  
folgende zwei Zeilen der Autorin Gloria Steinem fand ich zu Beginn des Buches von Linda Scott

The Truth Will Set You Free

But First It Will Piss You Off!

Frei übersetzt mit Die Wahrheit wird Dich freisetzen, aber vorher stinkt sie Dir gewaltig. Also -  
hinschauen - Stresspunkte halten - neu denken und vorangehen. Viel Gesundheit und entspannte  
Neugier beim Weiterlesen wünscht Euch

Eure Christiane Wolfes

### Aus dem Inhalt:

1. Reflexionen zum Online Lernen und Kinesiologie
2. Buchbesprechung: Linda Scott, Das weibliche Kapital
3. Umgang mit technisch erzeugter Strahlung

#### 1. Reflexionen zum Online Lernen und Kinesiologie

Inmitten des online Boom`s sitze ich vor meinem Rechner und lasse mir die Gedanken durch den  
Kopf gehen, warum ich mich mit dem Umschalten auf Online Kurse ein wenig schwer tue.

Während dieser Reflexion fällt mir auf, dass ein großer Bestandteil dessen fehlt, was für mich zum  
Wesen der Kinesiologie Kurse und Beratungen gehört (gehörte?)u.a.:

- die direkte menschliche Begegnung
- die gemeinsame Freude bei Balancen ein Stück weiter vorangekommen zu sein
- Gesund durch Berühren hat mit Berühren zu tun - auf vielen Ebenen
- die Gruppe stützt sich mit einander und bringt viele Aspekte ein
- es gibt ein Rahmen des Vertrauens einen geschützten Raum - keine Fotos ohne  
Zustimmung, keine Aufzeichnung in sozialen Medien,  
es kann auch ins Unreine gesprochen werden
- und natürlich das Handwerkszeug, die Balancetechniken,
- die direkte Hilfe, wenn durch Techniken Türen geöffnet werden und das dadurch an das  
Licht kommende den Menschen zu überrollen droht

Einige dieser Inhalte sind auch online zu erfahren, aber auch viele nicht.

in den letzten Monaten habe ich viele Online Fortbildungen besucht. Das Besondere war, dass alle Themen schon in meinem Erfahrungsschatz lagen und ich daran anknüpfen konnte. Das hat das Lernen belebt. Ohne diese Verknüpfung wäre es noch viel anstrengender gewesen. Besonders das gemeinsame Reflektieren fehlte. Wir wissen, dass Gedächtnis mit Emotion zu tun hat. Die Information braucht eine bestimmte Erregungsschwelle, um in das Langspeicher Gedächtnis zu gelangen um dann zur angewandten Weisheit zu werden. Denn Information allein ist noch keine Bildung.

Wie geht es also weiter?

In der Überlegung, wie Du in dieser Zeit Kinesiologie erlernen kannst und ich Dir gerne mein Wissen und Können darüber gerne vermittele, Biete ich Dir folgende Möglichkeiten:

1. Das reine Online Gespräch 1:1

Bitte rufe mich an, damit wir einen Termin vereinbaren.

Die technische Ausstattung ist vorhanden.

2. Einführung in die Kinesiologie Online

Bitte senden Sie mir zur Anmeldung eine Email [c.wolfes@kinesiologie.net](mailto:c.wolfes@kinesiologie.net)

Termin Donnerstag, den 26. November 2020 19 Uhr.

3. gemischte Veranstaltungen: Wer kann, ist persönlich hier in Berlin anwesend und zugleich läuft das Streaming mit Teilnehmern, die am Besten zu zweit oder mit mehreren sich zuschalten und live dabei sind .

Der Januartermin von Muskeltest Intensiv Basic 22.-24.1.2021 ist dafür reserviert.

(Änderungen vorbehalten)

## **2.Buchbesprechung: Linda Scott, Das weibliche Kapital**

Linda Scott gebührt ein großer Applaus für dieses Buch. Sie führt fundiert aus, warum es sich rechnet, der Frau die Gleichberechtigung zu verweigern. Viele Themen werden in einen Zusammenhang gestellt, der mich erst einmal schlucken ließ, u.a. der Kampf um die Besitzhoheit über den Frauenkörper, die Nichtbezahlung der Sorgearbeit und und und. Wie gut, dass das Zitat von Gloria Steinem am Anfang steht – ich war also ein wenig vorgewarnt. Doch kann ich das Buch immer nur Stückweise lesen, nicht nur weil es 416 Seiten hat. Aber es lohnt sich!

Hanser Literaturverlag

Scott, Linda

Carl Hanser Verlag GmbH & Co.KG ,

Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft

ISBN/EAN: 9783446267800



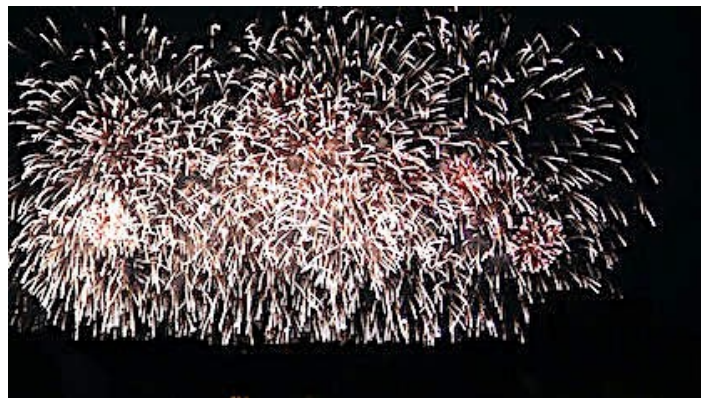
Sprache: Deutsch , Umfang: 416 S., mit zahlreichen Abbildungen  
Einband: gebundenes Buch, Erschienen am 21.09.2020 26,00

### **3. Umgang mit technisch erzeugter Strahlung**

in den vergangenen Rundbriefen habe ich schon das ein oder andere Mal auf die Bedeutung von E-Smog in seiner Wirkung auf die Gesundheit hingewiesen. In dieser so genannten Coronazeit vergrößert sich die Online Nutzung um ein Vielfaches.

Deshalb habe ich mich entschlossen, diesem Thema einen permanenten Reiter auf meiner Homepage zu geben. Aktuelle Informationen werden dort ab jetzt eingefügt und nicht separat versandt.

[www.kinesiologie.net/e-smog.html](http://www.kinesiologie.net/e-smog.html)



**Sie haben diesen Newsletter erhalten, weil Sie dem nach DSGVO zugestimmt haben. Sie können dieser Zustimmung jederzeit per Email widersprechen.  
Kinesiologie Institut Berlin Christiane Wolfes**

Organisation und Anmeldung: Bautzener Str.17, 10823 Berlin,  
Praxis: Physiotherapie am Savignyplatz, Kantstraße 138, 10623 Berlin  
Telefon: +49 (0)30 - 78 70 50 40

[www.Kinesiologie.net](http://www.Kinesiologie.net), E-Mail <mailto:c.wolfes@kinesiologie.net>