

# **Psychophysische Atemtherapie nach Prof. Ilse Middendorf**

## **Weiterbildung für Physiotherapeuten**

mit Roland G. Krügel, Atemtherapeut BV-ATEM®, Heilpraktiker aus Peißenberg

am **Mittwoch 24. März 2026** von 17.00 bis 19.30 Uhr



In der Physiotherapie wird die Lungenfunktion (Atemvitalität) eines Patienten mehr über die Funktion des Zwerchfells und der Atemhilfsmuskulatur bzw. den Tonus der Muskulatur diagnostiziert und ggf. durch Massage oder Atemtechniken verbessert. In der psychophysischen Atemtherapie geht es um das Erleben von Atembewegung und Atemrhythmus, einer Bewusstwerdung des atmenden Menschen und der zumindest latent wirksamen Selbstheilkräfte. Atemfehlformen werden so in ihren psychophysischen Wechselwirkungen und emotionalen Anteilen erlebbar und können sich lösen.

Ähnlich wie in der Quantenphysik zu beobachten ist, ändert sich Bewegung, Energieform und sogar die Zeitqualität durch das Betrachten selbst... In der Atemtherapie nach Middendorf kann der Mensch vom unbewussten Atem über einen ursprünglichen Atem tiefer zu sich selbst finden. Es geht also um eine Bewusstwerdung und eine Ich-Stärkung (von der Opferhaltung hin zu einer Selbstfindung). Überfremdungen, ungelöste Konflikte oder verdrängte seelische Anteile, können so zu einem persönlichen Wandlungs- und Wachstumsprozess beitragen und damit einem nachhaltigen Abbau von psychosomatischen Symptomen. Viele Atemfehlformen haben psychophysische Ursachen (oder zumindest verstärkende Faktoren wie ungünstige Lebensweisen und Gewohnheiten oder Ängste) und von daher reicht eine rein physische oder auch nur psychotherapeutische Behandlung oft nicht aus, um diese zu lösen. Eine integrative Therapie wäre also wünschenswert.

"Der Erfahrbare Atem" wie Ilse Middendorf ihre Methode nennt, wird in Gruppenunterricht durch Atem und Bewegung und Vokalatemraum-Übungen sowie in atemtherapeutischen Einzelbehandlungen angewendet.

### **Inhalt und Themen:**

**Kurzvortrag** über die Bedeutung des Atems für den Menschen

Menschenbild in der Atemtherapie nach Prof. Ilse Middendorf

Atemfehlformen und ihre Ursachen

Über den Mythos des "Richtigen Atmens"

**Grundlagen-Übungen** danach kleine Pause

Kurze Behandlungsdemonstration

**Fragen und Antworten sowie kollegialer Austausch**



**Leitung:** Roland G. Krügel, Atemtherapeut BA-ATEM®, Heilpraktiker

Ausbildung zum Atemtherapeuten und Heilpraktiker am Ilse-Middendorf-Institut in Beerfelden/ Odenwald.

Weiterbildungen in Rebirthing, „Intuitives Atmen“, Voice Dialogue, Einfühlende Kommunikation (GFK) nach M. Rosenberg, spirituelle Psychotherapie nach Christian Meyer sowie Contact Improvisation und Shinui Martial Dance.

Seit 1984 in eigener Praxis tätig, vorwiegend im Bereich Psychosomatik, Burnout-Prophylaxe, Schwangerschafts-begleitung, persönliche Entwicklung sowie palliative Atemtherapie. Atemtherapeutische Behandlung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Umfangreiche Seminar- und Lehrtätigkeit an Kliniken, Heilpraktikerschulen und verschiedene Bildungseinrichtungen. Diplomierte und aktives Mitglied im "ATEM - Der Berufsverband e.V." in Berlin.

**Ort:** Physiotherapie Praxis Ludwig Witczak, Bachstraße 90, 82380 Peißenberg

**Teilnahmebeitrag:** 48 €

**Anmeldung:** eMail: [info@atmedichfrei.de](mailto:info@atmedichfrei.de) Tel.: 08803 499 8736 [www.atmedichfrei.de](http://www.atmedichfrei.de)

