

## Interview mit Elisabeth B., 53 Jahre, Musikerin

- **Wie sind Sie auf die Atemtherapie aufmerksam geworden?**

Über eine Arztpraxis.

- **Besuchen Sie Kurse und / oder Einzelstunden? Seit wann und wie oft?**

Seit 2005 nehme ich regelmäßig Einzelstunden im Abstand von zwei bis drei Wochen.

Ich würde auch gern regelmäßig Kurse besuchen. Leider werden in der Nähe meines Wohnorts keine Gruppen angeboten.

- **Was war zu Beginn Ihre wesentliche Motivation?**

Ich wollte als Musikerin mehr über den Atem erfahren.

- **Hatten Sie bereits Erfahrungen mit anderen Körperarbeiten / Körpertherapien / Psychotherapien?**

Nein.

- **Was hat die Atemtherapie bei Ihnen bewirkt?**

Lösung, auch körperlicher Verspannungen.

- **Was ist für Sie das Besondere an der Atemtherapie? Worin unterscheidet sie sich von anderen Therapien?**

Die Atemtherapie geht vom Kopf / Denken weg hin zur Empfindung. Sie geht weg von der Leistung hin zum Sein.

- **Welche Erwartungen hatten Sie?**

Nur Neugier, keine Erwartungen.

- **Wurden ihre Erwartungen erfüllt?**

- **Welche Bedeutung hat der Atem heute in Ihrem Leben?**

Ich möchte die Übungen und Erfahrungen nicht missen.