



Dieses Blatt richtet sich an alle Eurythmist\*Innen, die sich bei Unternehmen/Firmen/Betrieben bewerben wollen. Es kann sowohl als Richtlinie für das Verfassen eines eigenen Textes dienen, als auch ausgedruckt und als Infoblatt für den/die potenziellen Arbeitgeber\*Innen vorgelegt werden.

**Ansprechpartnerin: Rebecca Ristow, [rebecca.ristow@web.de](mailto:rebecca.ristow@web.de)**

## Was ist Eurythmie?

Der Name Eurythmie kommt aus dem Griechischen und bedeutet, harmonischer Rhythmus, harmonisch gestaltetes Fließen oder Strömen. So ist Eurythmie eine Bewegungsform, die durch körperliche Bewegung zu geistig-seelischer Anregung und Präsenz, zu Lebendigkeit und innerer Beweglichkeit verhelfen kann. Die Bewegungsabläufe sind leicht verständlich und natürlich. Sie haben das Potenzial, den Menschen mit sich selbst und mit der Umgebung in Kontakt zu bringen.

## Was ist Eurythmie für Sozialwesen und Gesellschaft?

Eurythmie in gesellschaftlichen Arbeitsfeldern wirkt belebend und sie macht Freude. Dabei bietet sie Menschen aller Lebensalter und in unterschiedlichen privaten und beruflichen Situationen einen Erfahrungsraum für individuelle und soziale Entwicklung. Dynamisch-rhythmische Bewegungsabläufe im Wechsel mit Übungen zu Stille und Konzentration führen dabei zu einem wohltuenden Ausgleich, zu innerer Balance. Die Übungen stärken die eigene Körperwahrnehmung und verhelfen gleichzeitig zu einem Umkreisbewusstsein. Sie können sowohl animierend wie auch entspannend wirken. Die vielseitigen Möglichkeiten und Wirkungen der Eurythmie lassen sich auf unterschiedliche Situationen und Bedürfnisse ausrichten. Durch professionelle Anleitung werden sie unmittelbar erfahrbar.

Für verschiedene Lebensalter: Kleinkind – Jugend – Erwachsene – Senioren – Sterbephase – gibt es jeweils angepasste Bewegungs- und Entwicklungskonzepte in der Eurythmie. Die Einheiten können von einzelnen Menschen (Coaching) oder als Gruppenkurs gebucht werden.

## Eurythmie zur Organisationsentwicklung

Eurythmie in Unternehmen kann in verschiedene Richtung anvisiert werden. In Zusammenarbeit mit dem Auftraggeber entwickelt die Eurythmie-Dozentin, der -Dozent ein entsprechendes Projektprofil, das kreativ und individuell auf die Bedürfnisse und Ziele des Unternehmens abgestimmt wird. Zur professionellen Durchführung des sozial-künstlerischen Prozesses gehört ein dreistufiges Vorgehen in Form einer vorangehenden Analyse, der Durchführung im gemeinschaftlichen Prozess und anschließender Reflektion

Mögliche Themen sind:

- Teambildung, Erweiterung sozialer Kompetenzen
- Kommunikationsprozesse wahrnehmen und weiterentwickeln
- Gesundheitsprophylaxe am Arbeitsplatz, Kompensation von einseitiger Beanspruchung

## Arbeitsformen

- Kurze regelmäßige Interventionen von 5 bis 15 Min.
- Kurseinheiten von 30 bis 90 Min., einmalig oder regelmäßig.

- Blockveranstaltungen/Projekte.
- Themenbezogene Tagungs- und Kongressbegleitung
- live im Betrieb vor Ort oder per Zoom.

## **Rechnungsfaktoren für die Honorargestaltung**

- Zeitrahmen des Angebots,
- Planungs- und Vorbereitungszeiten
- Anfahrt und Aufenthaltszeiten
- Spesen
- Gegebenenfalls Versicherungen, Nebenkosten, Materialkosten

## **Berufsqualifikation**

- Abgeschlossenes Eurythmie-Studium
- Weiterbildung im Bereich Eurythmie für Sozialwesen und Gesellschaft sowie für Organisationsentwicklung.