

WORKSHOP HYPOTONIE

mit Denise Hönninger

Samstag, 24. Oktober 2026

10:00 - 15:00 Uhr, PHZH

RAUM LAB-F017



Pädagogische Hochschule Zürich, Lagerstrasse 2, 8090 Zürich

(direkt am Bahnhof Zürich, Ausgang Europaallee)

Was, wenn wir manche Reaktionen völlig neu verstehen müssten?

Was, wenn wir das Verhalten eines Kindes verstehen wollen, ohne zuerst zu verstehen, wie es seinen eigenen Körper wahrnimmt?

Was, wenn die grösste Herausforderung bei Hypotonie nicht die Muskelspannung ist, sondern die Art, wie die Welt erlebt wird?

Muskuläre Hypotonie betrifft weit mehr als Muskelspannung und Bewegung. Sie beeinflusst, wie Menschen ihren eigenen Körper wahrnehmen, Situationen erleben und sich regulieren können.

Im Workshop werfen wir einen Blick auf Fragen wie:

- Warum ist Hypotonie nicht einfach „zu wenig Muskelspannung“?
- Was unterscheidet Grundtonus, Aktivitätstonus und Muskelkraft – und warum ist dieser Unterschied im Alltag so entscheidend?
- Wie beeinflusst Hypotonie die sensorische Integration und damit die Wahrnehmung des eigenen Körpers und der Umwelt?
- Was bedeutet es, wenn die eigene Körperwahrnehmung anders funktioniert als die unserer Bezugspersonen?
- Welche zentrale Rolle spielt die Propriozeption – und warum wird ihr Einfluss auf Lernen, Aufmerksamkeit, Verhalten und Belastbarkeit im Alltag oft unterschätzt?
- Weshalb geraten manche Kinder und Erwachsene nicht in „herausforderndes Verhalten“, sondern in herausfordernde Situationen?

- Was bedeutet Dyspraxie wirklich – und warum ist sie oft mehr als ein motorisches Thema?
- Warum helfen manche gut gemeinten Unterstützungsangebote nicht immer weiter?
- Welche Rolle spielen Muskelkraft, Propriozeption und körperliche Stabilität für Sicherheit, Orientierung und Selbstregulation?

Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Frage, wie sich eine veränderte sensorische Verarbeitung auf den Alltag auswirkt. Gerade in Schule, Therapie und Betreuung wird häufig sichtbar, dass Schwierigkeiten nicht allein durch Motivation, Konzentration oder Verhalten erklärt werden können. Oft fehlen dem Körper wichtige propriozeptive Rückmeldungen, um Haltung, Bewegung, Aufmerksamkeit und Regulation zuverlässig zu steuern.

Gemeinsam betrachten wir aktuelle Erkenntnisse, praktische Zusammenhänge und alltagsnahe Handlungsmöglichkeiten. Ziel ist nicht, Verhalten zu bewerten, sondern besser zu verstehen, was Menschen mit Hypotonie in bestimmten Situationen erleben – und wie wir sie wirksam unterstützen können.

Ein Workshop für Betroffene, Angehörige, Begleitpersonen und Fachpersonen, die Hypotonie nicht nur beobachten, sondern wirklich verstehen möchten.

Bitte meldet Euch zeitnah mit Namen, Adresse, E-Mail und Handynummer bei uns an. First come first serve, die Anzahl Plätze ist begrenzt.

Kosten: 100 CHF (120 CHF für Elternpaare und Nichtmitglieder) – *wird zentral über die insieme21-Geschäftsstelle in Rechnung gestellt*