

# Yasmin Moser



# **Berufsbezeichnung vor deiner Feldenkrais Ausbildung?**

- Schwimmlehrerin und Motopädagogin
- Ausbildung zur Feldenkrais-Bewegungstherapeutin

# Familienstand / Homepage / E-Mail

- Ich bin verheiratet und habe zwei Kinder.
- [www.zollicuda.ch](http://www.zollicuda.ch)
- [info@zollicuda.ch](mailto:info@zollicuda.ch)

# Was ist dir das Wichtigste bei deiner Arbeit?

- Feldenkrais-Arbeit ist nicht dogmatisch.
- Die drei Aspekte Achtsamkeit, Professionalität und Vernetzung sind in der Feldenkrais Methode enthalten.
- Diese Offenheit begeistert und fasziniert mich gleichermassen.
- Für mich ist es ein Geschenk, an der Entwicklung eines anderen Menschen teilzuhaben und diese zu begleiten.

# Was für eine Klientel kommt hauptsächlich zu Dir?

- Hauptsächlich Kinder, vom Baby bis zum 9-Jährigen
- Jedes dieser Kinder bringt eine andere Hintergrund-Geschichte mit.
- Spezialisiert habe ich mich zusätzlich auf Sprach- und Mund-Problematiken bei Kindern.
- Teilweise arbeite ich auch im Wasser.

# Wenn Du bei deiner Arbeit (ATM/FI) bist, wie gestaltest du die Inhalte - wie gehst Du vor?

- In meiner Arbeit folge ich immer einer Funktion.
- Vor allem das Grundmuster „Gehen“ hilft mir, die Bewegungsfunktionen des Körpers zu erkennen.
- Ich stelle mir diese Grundfunktion wie eine Art „Feldenkrais-Homunculus“ (künstlicher Mensch) vor oder wie „meine Mustervorlage“.
- Die Grundfunktion „Gehen“ ist in meinem Kopf eine Art „Schubladensystem“ – hier lege ich in verschiedenen Abteilungen einzelne ATM- oder FI-Ideen ab und kann sie dann zuordnen.

# Wenn Du bei deiner Arbeit (ATM/FI) bist, wie gestaltest du die Inhalte - wie gehst Du vor?

- Das Wissen um Zusammenhänge von Anatomie (Skelett und Muskulatur) und Physiologie sind sehr hilfreich.
- So habe ich zusätzliche klare, innere Bilder.
- Ich empfinde auch diese Kenntnisse als wichtige Voraussetzung, um mit der Methode Feldenkrais zu arbeiten.

# Wenn Du bei deiner Arbeit (ATM/FI) bist, wie gestaltest du die Inhalte - wie gehst Du vor?

## Arbeit im Wasser

- Ich nehme gewisse Elemente aus ATM/FI.
- Viele Bewegungen des Schwimmens sind funktionell ähnlich aufgebaut wie Gehen, Stehen, Greifen, Drehen usw.
- Im Wasser ist es leichter, sich auf neue Lernprozesse einzulassen.
- Die Dreidimensionalität im Wasser lädt zum Experimentieren ein.

# Welche Veränderungen nimmst Du bei deinen Klienten am meisten wahr?

- Ich möchte meinen Klienten vor allem aufzeigen, dass eine Veränderung möglich ist.
- Das Beobachten steht im Vordergrund.
- Ich erkenne an der Haltung der Kinder, dass sie Freude haben, ihre Mienen hellen sich auf.
- Oft haben sie grossen Hunger nach der Lektion.

# Kannst Du von deiner Arbeit leben?

- Von meiner Arbeit kann ich zu 100% leben.