



Berufsbild Feldenkrais Methode

Aufgaben

Die Feldenkrais Methode – benannt nach ihrem Begründer Dr. Moshe Feldenkrais (1904- 1984) – gilt als eine entwicklungs- und ressourcenorientierte Methode in der Lern- und Gesundheitsförderung mit dem Ziel, geistige und körperliche Funktionen zu erhalten und zu fördern. Die Methode nutzt Bewegung und Achtsamkeit – Bewusstheit – als Schlüssel zur Erfahrung und Erkenntnis. Die Methode wird unterrichtet in Gruppen – Bewusstheit durch Bewegung und Einzelarbeit – Funktionale Integration.

Die Feldenkrais Methode schafft Lernbedingungen, in denen Menschen sich über die Sensomotorik bzw. über die Aufmerksamkeit auf das innere Bewegungsempfinden darin schulen können, mehr Bewusstheit über das eigene Tun und das zugrundeliegende Körper- und Selbstbild zu erhalten. Nach Dr. Feldenkrais bilden Sinnesempfindung, Fühlen, Denken und Bewegen eine Einheit. Eine grössere Bewusstheit für den Körper führt zu einer effektiveren Organisation von Bewegungsabläufen, damit einhergehend wächst das Vertrauen in die eigene lebenslange Entwicklungsfähigkeit und Selbstwirksamkeit.

Arbeitsgebiete/Zielgruppen

Die Feldenkrais Methode bietet für Klienten jeden Alters ein breites Spektrum an Möglichkeiten der ganzheitlichen Begleitung und Unterstützung und der persönlichen Weiterentwicklung.

Practitioner der Feldenkrais Methode arbeiten selbständig in eigener Praxis oder einer Gemeinschaftspraxis. Sie arbeiten in Kliniken, allen Institutionen des Gesundheitswesens, z.B. in der Rehabilitation neurologischer Störungen, in der Begleitung von Psychotherapien bei psychosomatischen Krankheitsbildern, bei orthopädischen Krankheitsbildern wie Schmerz-Syndromen oder Wirbelsäulenerkrankungen, bei Entwicklungsstörungen von Kindern. Sie arbeiten in der Bildung, an Schulen, in Kindergärten, in der Erwachsenen- und Persönlichkeitsbildung. Sie arbeiten im Sportbereich in der Prävention und der Steigerung der Leistungseffizienz. Sie arbeiten mit Menschen aus den darstellenden Künsten (z. B. Gesang, Musik, Schauspiel, Tanz) an Ausdrucks- und Bewegungsqualität. Sie arbeiten im Management und in Betrieben (Ergonomik, Stressmanagement).

Handlungskompetenzen

Practitioner der Feldenkrais Methode wenden die Methode in der Praxis und Theorie fach- und situationsgerecht an. Sie

- gestalten und begleiten Lernprozesse in der Einzelarbeit – Funktionale Integration (FI) – mit Berührung, Bewegung und Gespräch;



- gestalten und begleiten verbal angeleitete Lernprozesse in Gruppen mit Bewusstheit durch Bewegungs-Lektionen, auch zu spezifischen Themenbereichen;
- lernen die Klienten durch Gespräche und durch die Beobachtung ihrer persönlichen Bewegungsmuster und Körpersprache differenziert kennen;
- fördern bei den Klienten das Erlernen von Achtsamkeit, einer klaren Selbstwahrnehmung und dadurch das Vertrauen in die Eigenwirksamkeit;
- stellen die Ressourcen in den Vordergrund und fördern Eigenkompetenz und Selbstregulation des Klienten;
- erfassen, überprüfen und reflektieren die Wirkungsweise der Arbeit im Dialog mit den Klienten und respektieren so die persönliche Situation der Klienten;
- begleiten und fördern die Entwicklung vom Erkennen von Bewegungsgewohnheiten zum Entdecken von Handlungsalternativen und das Integrieren des Gelernten in die Alltagssituation;
- begegnen den Klienten wertschätzend und respektieren den Menschen als Ganzes im Kontext mit seinem sozialen Umfeld und seiner Umwelt;
- erklären die Prinzipien und die Wirkung der Feldenkrais Methode, kennen die Grenzen und wissen, wann sie andere Fachdisziplinen empfehlen;
- erfassen physische und psychische Notfallsituationen und handeln adäquat und kompetent;
- führen die Praxis eigenverantwortlich nach betriebswirtschaftlichen Grundsätzen und halten die rechtlichen, ethischen und berufsspezifischen Vorgaben ein;
- überprüfen die Arbeit nach qualitätssichernden Kriterien;
- erweitern und vertiefen das Fachwissen, die Fähigkeiten und die eigenen Einstellungen durch regelmässige Weiterbildungen;
- unterstützen die Entwicklung des Berufs.

Beitrag an Gesellschaft und Wirtschaft

Die Feldenkrais Methode ist eine wirkungsvolle Methode in der Bildung und Gesundheitsförderung. Sie lehrt Eigenverantwortung und einfache und praktikable Möglichkeiten zur Verbesserung geistiger und körperlicher Funktionen. Die Feldenkrais Arbeit fördert Flexibilität und lebenslanges Lernen und stärkt das Persönlichkeitsprofil, was zu einer Verbesserung der Berufschancen und der Berufsausübung beiträgt. Sie nimmt eine wichtige Rolle in der Prävention ein. Mit einer Methodik, die mit vernetztem Denken, fachübergreifend und personenzentriert arbeitet, fördert sie die persönliche Entwicklung für eine erfolgreiche Lebensgestaltung. Die Methode setzt Erkenntnisse der modernen Hirnforschung praktisch um, u.a. in den Verbindungen von körperlichen und mentalen Prozessen.

Dieses Berufsbild (Anhang 1 des Ausbildungs- und Prüfungsreglements) wurde an der ausserordentlichen Mitgliederversammlung vom 6. September 2014 genehmigt.