

INTEGRATIVE CRANIOSACRAL-THERAPIE

Eine 2-jährige berufsbegleitende Ausbildung
mit EMR-anerkanntem Diplomabschluss





*„Die wirksamste Medizin ist die natürliche Heilkraft,
die im Innern eines jeden von uns liegt.“*

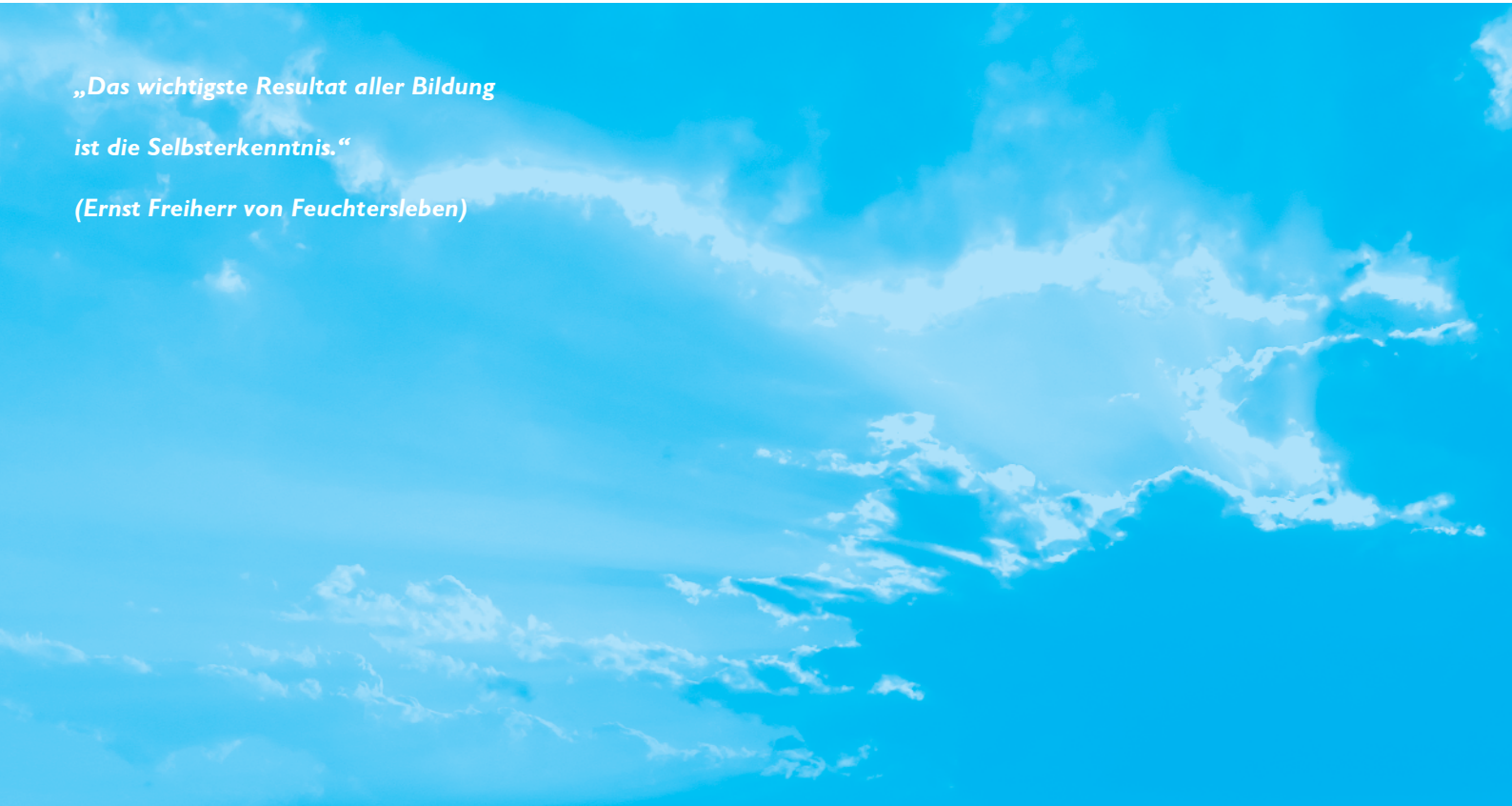
(Hippokrates, um 480 v. Chr.)

INHALT

1	DIE SCHULE		
	Die Entwicklung		5
	MEDITA Schulleitung		6
	Leitbild der MEDITA Schulen		8
	Schulungsort		9
2	CRANIOSACRAL-THERAPIE		
	Entstehung und Bedeutung der Craniosacral-Therapie		11
	Die Ausrichtung der Medita-Craniosacral-Ausbildung		12
3	AUSBILDUNGSPROGRAMM		
	Ausbildungsumfang		14
	Ausbildungsschwerpunkte		14
	Empfohlene Literatur zum Einsteigen		17
4	METHODEN UND ZIELE		
	Lernmethoden		19
	Ausbildungsziele		19
5	ALLGEMEINE BEDINGUNGEN		20

*„Das wichtigste Resultat aller Bildung
ist die Selbsterkenntnis.“*

(Ernst Freiherr von Feuchtersleben)



DIE ENTWICKLUNG

Herzlich Willkommen bei MEDITA!

Unter dem Dach von MEDITA vereinigen sich verschiedene Ausbildungsangebote aus dem komplementär-medizinischen Bereich.

Wir freuen uns über Ihr Interesse an der Craniosacral-Therapie und stellen Ihnen gerne unser Ausbildungsprogramm vor.

MEDITA bietet seit Jahren eine Ausbildung in Integrativer Energie-Therapie an (früher als deutschsprachige Snowlion Center Schule); Craniosacral-Therapie ist ein integrierter Bestandteil dieser Ausbildung. Die Anforderungen an eine Craniosacral Ausbildung haben sich in den vergangenen Jahren stark verändert und das Bedürfnis nach anerkannter Ausbildung ist gestiegen. Aufgrund dieser Veränderungen haben wir uns entschieden, unter dem Dach von MEDITA eine eigenständige Craniosacral Ausbildung nach den Richtlinien des EMR anzubieten.

Unsere Ausbildung in biodynamisch orientierter integrativer Craniosacral-Therapie richtet sich vor allem an praktizierende TherapeutInnen, die ihr Angebot vertiefen und erweitern wollen: Ausgebildete in Energietherapie, Physiotherapie, Massage und anderen Körpertherapieformen, aber auch Pflegefachleute, Hebammen und verwandte Berufsleute können vom Angebot profitieren.

Eine Aufstockung des Fachunterrichts gemäß den Bedingungen des Berufsverbandes Cranio Suisse ist geplant.

Für Fragen zur Ausbildung stehen wir Ihnen gerne auch in einem persönlichen Gespräch zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Margrit Diener

Geschäftsleitung MEDITA-Schulen

Maru Stocker

Ausbildungsleiterin Craniosacral-Therapie



MEDITA SCHULLEITUNG

Margrit Diener

Leiterin der MEDITA-Schulen



- Gründerin der MEDITA-Schulen
- Lehrtätigkeit an den Snowlion Center Schulen während 9 Jahren
- Leitung der deutschsprachigen Snowlion Schule während 5 Jahren
- Core Energetic Therapeutin
- Craniosacral-Therapeutin
- Focusing Trainerin
- Tiefenpsychologieausbildung CIL/USA
- Ausbilderin
- Arbeit in eigener Praxis seit 1996

„Es ist mir ein großes Anliegen, Begeisterung für das Lernen zu wecken und durch mein Lehren Studierende zu inspirieren und auf ihrem Weg zu unterstützen und zu begleiten.“

Bewusste Liebe ist die treibende Kraft aller Schöpfung und als solche die stärkste und tiefgreifendste Kraft im Universum. Ich möchte Studierende anleiten, bewusst mit der Kraft der Liebe zu arbeiten und sie in sich zu verankern. Dies ist nur dann möglich, wenn wir immer wieder der Frage nachgehen, wer wir sind, und wie wir unsere Essenz in den Dienst unserer Mitmenschen und der Welt stellen können.

Die MEDITA Schule möchte mit ihrem Programm dazu einen aktiven Beitrag leisten, damit unsere Erde auch für die zukünftigen Generationen ein lebenswerter Platz bleiben kann.“

Maru Stocker

MEDITA Schule für Integrative Craniosacral-Therapie, Ausbildungsleiterin



- Dipl. Kindergärtnerin, dipl. Theaterpädagogin
- Ausbildungen in Akupressur und Massage, Sehtraining, Qigong; Kursleiterin seit 1980
- Ausbildung zur Energietherapeutin bei der Snowlion Center Schule
- Ausbildung zur Craniosacral-Therapeutin bei Dorothee van de Pol am Atma Craniosacral-Institut, Münchenstein/BL.
- Mitglied Cranio Suisse
- Praktika in Spitälern, Mitarbeit in Arztpraxis, eigene Praxis seit 2002
- Lehrerin an der MEDITA Schule für Integrative Energie-Therapie, dort auch Fachlehrerin für Craniosacral-Therapie

„Unterrichten ist meine Leidenschaft, mein Weg, mich gemeinsam mit anderen Menschen weiter zu entwickeln. Was mir in meinem Leben Bedeutsames begegnete, habe ich stets durchs Lehren weiter gegeben, vertieft und weiter erforscht: Theater, Geburtsvorbereitung, Sehtraining, Qigong, Akupressur und Massage, Energietherapie und schliesslich Craniosacral-Therapie.“

Die Craniosacral-Therapie bedeutet für mich ein sanfter, höchst wirkungsvoller Weg, Menschen in ihrem Ganz-Werden zu begleiten. Faszinierend an dieser Methode sind für mich die Verbindung von strukturell-anatomischem Verstehen und dem feinfühligem Gespür für die innewohnenden Dynamiken. Mit Cranio berühren wir den ‚Atem des Lebens‘ selbst, das Bewegt-Sein aus tiefster Quelle und haben damit Zugang zum Wunder der Selbstheilungskräfte.“

LEITBILD

Wir sind ein Aus- und Weiterbildungsinstitut, das im Gebiet der Komplementärmedizin angesiedelt ist.

Unsere Philosophie

- Wir verstehen den Weg der Heilung als einen multidimensionalen Heilprozess, bei dem physische, emotionale, mentale und spirituelle Aspekte des Seins als untrennbares Ganzes betrachtet werden.
- Wir vertreten die Auffassung, dass ein Therapeut seine Klienten nur zu den Orten führen kann, die er in sich selbst im eigenen inneren Prozess erforscht hat.
- Wir stellen den Mensch in den Mittelpunkt.
- Wir legen Wert auf Toleranz, Respekt und Achtung vor der Einzigartigkeit unseres Gegenübers.

Unsere Schule

- Menschlichkeit, Warmherzigkeit und Authentizität sind Leitmotive für unseren Lehrkörper. Damit schaffen wir ein motivierendes Lernklima. Gut organisierte Strukturen unterstützen Lehrende und Studierende und schaffen dadurch die Voraussetzungen für einen optimalen Lernprozess.
- Wir begleiten die Studierenden mit viel Engagement und unterstützen sie, damit sie ihre Fähigkeiten entwickeln und ihr Potenzial entfalten können.

- Wir lassen neueste Erkenntnisse auf allen Fachgebieten laufend in unseren Unterricht einfließen und gestalten diesen nach den heutigen Ansprüchen der Erwachsenenbildung.

Unsere Studierenden

- Wir vermitteln den Studierenden berufliche Kompetenzen, damit sie als Craniosacral-Therapeuten in eigener Praxis arbeiten können. Wir unterstützen sie in ihrer Persönlichkeits- und Bewusstseinsentwicklung, damit sie ihre Sozialkompetenzen erweitern und dadurch die Qualität ihrer persönlichen und beruflichen Beziehungen bereichern und verbessern können.
- Wir pflegen einen offenen Umgang mit den Studierenden; ihre Anliegen sind willkommen und werden ernst genommen.
- Wir sind offen für Menschen verschiedener Altersstufen mit unterschiedlicher Vorbildung.

SCHULUNGsort

Die Ausbildung findet im schuleigenen Raum an der Wehntalerstrasse 58 in Zürich statt. Dieser ist mit den öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar. In der Umgebung sind Parkiermöglichkeiten in der blauen Zone vorhanden.

Über Mittag verpflegen wir uns in den umliegenden Restaurants oder bringen unser Picknick mit.

Die Schule stellt auswärtigen Teilnehmenden eine Hotelliste zur Verfügung.



„Im Herzen jeder Bewegung ist Stille.

Alles Potential des Rhythmus liegt in der Stille.“

(Dr. W. G. Sutherland)

ENTSTEHUNG UND BEDEUTUNG DER CRANIOSACRAL-THERAPIE

Die Craniosacrale Therapie wurzelt in der von Dr. Andrew Taylor Still (1828-1917) begründeten Osteopathie. Still's Student, Dr. William Garner Sutherland, entdeckte anfangs des letzten Jahrhunderts, im Rahmen seiner Forschung an der Beweglichkeit von Kopfknochen, zum ersten Mal den Craniosacralen Rhythmus. Er entwickelte daraus ein Therapiesystem, das er Craniosacrale Osteopathie nannte. In seinem Lebenswerk verfeinerte er die Wahrnehmung des von ihm so benannten ‚Lebensatems‘ immer mehr. Sein Ansatz entwickelte sich von einem eher anatomischen Erklärungsmodell hin zu einem sehr differenzierten ganzheitlichen Behandlungskonzept, das auch spirituelle Ebenen mit einbezieht.

So richtig verbreitet wurde der Craniosacrale Therapieansatz erst durch Dr. John Upledger, der ihn entmystifizierte, vereinfachte und neu strukturierte, sodass dieser nun als biomechanische Craniosacral-Therapie auch für Nicht-Osteopathen zugänglich wurde. Upledgers Verdienst ist es ausserdem, dass auch somato-emotionale Methoden mit einbezogen wurden. Verschiedene andere Pioniere wie Rollin E. Becker und Franklin Sills entwickelten Sutherlands System zum biodynamischen Modell weiter, das betont Ressourcen orientiert mit den innewohnenden Selbstheilungskräften arbeitet. Es bestehen somit heute zwei verschiedene Schulrichtungen, die in der Schweiz in einem gemeinsamen Berufsverband zusammengeschlossen sind. In die sehr erfolgreiche ganzheitliche Therapieform werden heute ständig neue Erkenntnisse aus Embryologie, Neurologie und Traumaforschung mit einbezogen. Mehr und mehr findet die Craniosacral-Therapie auch in der schulmedizinischen Fachwelt Anerkennung. Die meisten Krankenkassen der Schweiz vergüten die Therapie über ihre Zusatzversicherungen.

DIE AUSRICHTUNG DER MEDITA-CRANIOSACRAL-AUSBILDUNG

Auf fundierten anatomischen Grundlagen, mit psychosomatisch orientierten Therapieansätzen und ganzheitlich spirituellem Menschenbild wird eine mit neuesten Forschungsergebnissen ergänzte Integrative Craniosacral-Therapie gelehrt.

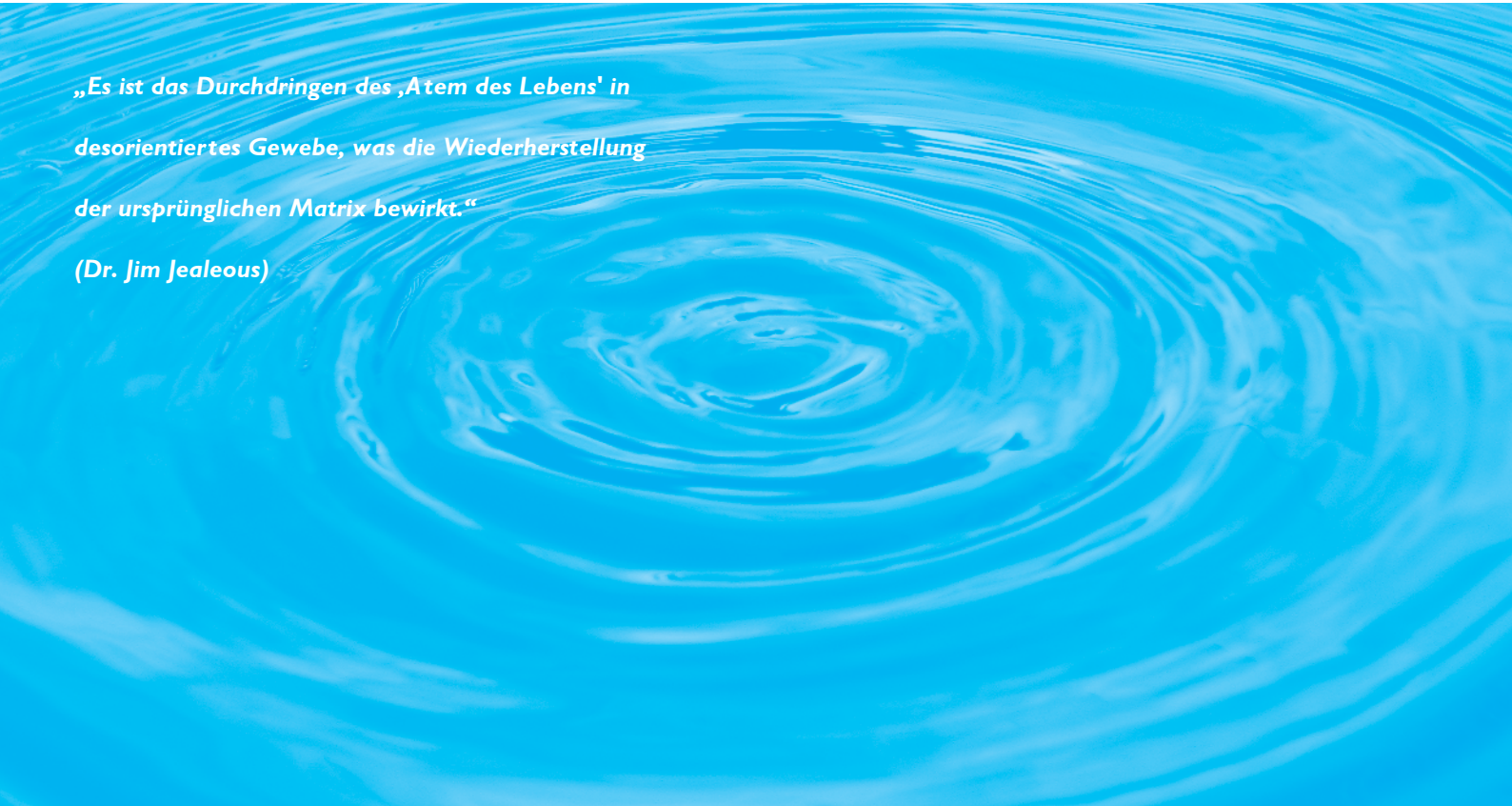
Die MEDITA-Schulen verfolgen ein ganzheitliches Konzept, das den Menschen in all seinen Seins-Schichten anspricht. Unser Biodynamisch-Integratives Modell der Craniosacral-Therapie, das strukturelle Ansätze mit einbezieht, ist in hohem Masse kompatibel mit den Ansätzen der Integrativen Energie-Therapie.

Die Ausbildung ist deshalb besonders geeignet für Menschen, die diese Schulung schon erfahren haben und ihr therapeutisches Repertoire erweitern wollen, aber auch für anderweitig spezialisierte Therapeuten, die sich auf diesen integrativen Ansatz einlassen und ihre Arbeit mit craniosacral-therapeutischem Wissen bereichern wollen.



*„Es ist das Durchdringen des ‚Atem des Lebens‘ in
desorientiertes Gewebe, was die Wiederherstellung
der ursprünglichen Matrix bewirkt.“*

(Dr. Jim Jealeous)



DAS AUSBILDUNGSPROGRAMM

Der Ausbildungsumfang

Unser Ausbildungsprogramm umfasst 10 dreitägige Einheiten à 20 Stunden, insgesamt 200 Stunden Fachunterricht, über zwei Jahre verteilt.

Die Ausbildungsschwerpunkte

Stufe 1: Lauschen und die Kunst des Berührens

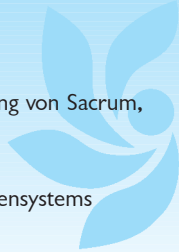
- Geschichte und Entwicklung der CS-Therapie
- Anatomische Grundlagen des CS-Systems
- Der Lebensatem in seinen Gezeiten: Craniosacraler Rhythmus, Fluid-Tide, Long-Tide, Dynamische Stille
- Wahrnehmungen am eigenen Körper
- Aufbau einer therapeutischen Präsenz: Behandler-Zentrum, Berührungskontakt, Nähe und Distanz, Grenzen, moduliertes Wahrnehmungsfeld
- Lauschstationen und Lauschen

Stufe 2: Kontakt zu den inneren Heilkräften

- Vertiefen der Wahrnehmung von CRI und Fluid-Tide
- Erkennen, Einladen und Begleiten von Stillpunkten
- Annäherungen an Long-Tide und Dynamische Stille
- Einführung in die Traumatheorie
- Aufbau von craniosacralen Ressourcen
- Der Innewohnende Behandlungsplan: Wholistic Shift, Potenz, Balance
- Inneres Fragen und verbales Begleiten

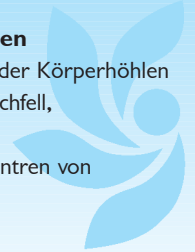
Stufe 3: Erden, Sammeln, Ausrichten

- Anatomie des Sacrum und des Beckens
- Grundgriffe und Intention bei der Behandlung von Sacrum, Iliosacralgelenk, Wirbelsäule und Occiput
- Embryologie, Bedeutung der Mittellinie
- Entwicklung und Anatomie des Zentralnervensystems
- Stillpunkte und Longitudinale Fluktuationen



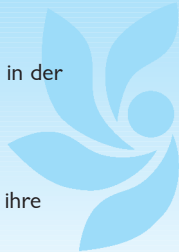
Stufe 4: Entspannen, Lösen und Begleiten

- Embryologische Entstehung und Anatomie der Körperhöhlen
- Querstrukturen lösen: Beckenboden, Zwerchfell, Brustkorbeingang
- Gesunde und blockierende Organisationszentren von Bewegung (Fulkren)
- Kommunikation mit Körpergeweben
- Verbales Begleiten (Focusing)



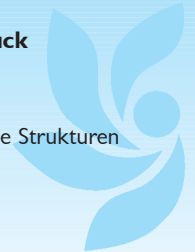
Stufe 5: Ins Zentrum der Steuerung

- Anatomie und Bedeutung der Kopfknochen in der CS-Therapie
- Gehirn, Hirnhäute, Falx und Tentorium
- Ventrikel- und Liquorsystem
- Hinterhauptbein, Schläfenbein, Keilbein und ihre Verbindungen
- Griffe, Techniken und Intentionen am Kopf
- Longitudinale und laterale Fluktuation



Stufe 6: Klarheit in Denken und Ausdruck

- Anatomie Schädel- und Gesichtsknochen
- Lage und Bedeutung der Gehirnzentren
- Stirnbein, Scheitelbein und dahinter liegende Strukturen behandeln
- Arbeit mit Unterkiefer und Zungenbein
- Psychosomatik der Ausdrucksorgane



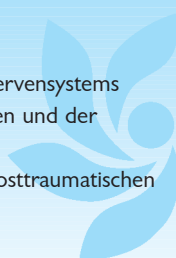
Stufe 7: Entwirren, Entwickeln und Entfalten

- Anatomie des Bewegungsapparates
 - Traumatheorie und Energiezysten
 - Entwirrungstechniken an Gelenken: Arbeit an Armen, Beinen und Kopf
 - Prozessarbeit und verbales Begleiten
- 

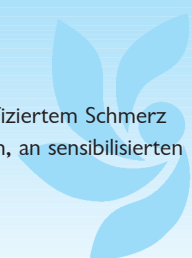
Stufe 8: In die Tiefe gehen

- Embryologie, Anatomie und Physiologie der inneren Organe
 - Craniosacrale Arbeit an Organen
 - Psychosomatik von Organstörungen
- 

Stufe 9: Ins Gleichgewicht kommen

- Anatomie und Funktion des Autonomen Nervensystems
 - Stress und Trauma: Verständnis der Ursachen und der physiologischen Abläufe
 - Behandlungsmöglichkeiten von Stress und Posttraumatischen Belastungsstörungen
 - Praxisthemen
- 

Stufe 10: Heil werden

- Nervensystem und Schmerz
 - Physiologie und Psychosomatik von chronifiziertem Schmerz
 - Interventionen an betroffenen Körperteilen, an sensibilisierten Segmenten und Gehirnnarealen
 - Praxisthemen
- 

Eine Erweiterung des Unterrichtsstoffs für eine Zulassung zum Berufsverband Cranio Suisse ist in Vorbereitung. Themen:

- Vertiefung des bisherigen Lernstoffs Embryologie und Geburtsdynamik
- Soziales Nervensystem
- Venöser Blutfluss
- Mundarbeit
- Arbeit an Organsystemen
- Krankheitsbilder und Fallbeispiele

Empfohlene Literatur zum Einsteigen

Irena M. Schikora-Kiefer: Das Wunder der sanften Berührung
Knaur, ISBN 3-426-87232-3

Daniel Agustoni: Craniosacral Rhythmus
Irisiana, ISBN 3-89631-278-2

Anthony Arnold: Rhythmus und Berührung
Goldmann, ISBN 3-442-14203-2

Ramraj Ulrich Löwe: Craniosacrale Heilkunst
Aurum, ISBN 3-89901-048-5



*„Das Gehirn ist Gottes Apotheke, die alle
Medikamente... und jede Art von Drogen in sich hat,
die Gottes Weisheit für nötig erachtet für menschliche
Gesundheit und menschliches Glück.“*

(Dr. Andrew Taylor Still)

LERNMETHODEN

Ein erfahrungs- und praxisorientierter Unterricht wird angestrebt, das sinnlich erfahrbare Lernen steht im Vordergrund:

- Anschauliche Theorie-Vermittlung mit Bildern
- Eigenerfahrungen durch Meditationen
- Vertiefen durch Schreiben, Malen, Modellieren, Tanzen, Gestalten
- Bearbeiten von Themen in Gruppenarbeiten
- Vorführen der Techniken durch praktische Demonstrationen, Fragen und Antworten
- Praktisches Üben an MitstudentInnen
- Unterstützung und Feedback am Behandlungstisch
- Fallbeispiele aus der Praxis

AUSBILDUNGSZIELE

Ziel ist die Fähigkeit zur integrativen Anwendung von verschiedenen Kompetenzen:

Persönliche Kompetenz

- MEDITA Craniosacral-TherapeutInnen kennen ihre persönlichen Themen, Stärken und Schwächen und haben Mittel für weiterentwickelnde persönliche Bewusstseinsprozesse erworben.

Fachliche Kompetenz

- MEDITA Craniosacral-TherapeutInnen können auf fundierter anatomischer Basis mit feinfühligem, wissenden Händen strukturelle und biodynamische Ansätze wirksam anwenden.

Therapeutische Kompetenz

- MEDITA Craniosacral-TherapeutInnen können Klienten mitfühlend und gleichzeitig klar abgegrenzt begleiten. Sie können insbesondere die Ressourcen der Klienten erkennen und sie therapeutisch unterstützend einsetzen. Sie können Klienten auf physischer, mentaler, emotionaler und spiritueller Ebene wahrnehmen und sie mit einer neutralen und offenen therapeutischen Haltung begleiten.

„Leben ist Schwingung.“ (Hugo Kükelhaus)



ALLGEMEINE BEDINGUNGEN

Kosten

Die Kosten betragen insgesamt Fr. 6000.- für die ganze Ausbildung, bzw. Fr. 600.- pro Ausbildungseinheit. Nicht eingeschlossen dabei sind die Kosten für Unterkunft und Verpflegung. Für Fachliteratur ist zusätzlich mit Kosten von Fr. 200.- bis 300.- zu rechnen, Supervisions-sitzungen kosten Fr. 100.- pro Stunde und die Prüfungsgebühr beträgt Fr. 250.-.

Bei Vorauszahlung der Kurskosten in zwei jährlichen Raten à Fr. 3000.- werden je Fr. 100.- Rabatt gewährt.

Versäumte Lektionen

Für einen Diplomabschluss kann dem Unterricht höchstens 20 Stunden ferngeblieben werden. Die Themen versäumter Ausbildungseinheiten müssen jedoch in kostenpflichtigen Privatstunden (Fr. 100.- /Std.) bei der Ausbildungsleiterin und in Intervision mit Kolleginnen nachgeholt werden. Für versäumte Unterrichtsstunden wird keine Reduktion der Schulkosten gewährt.

Zulassung

Zugelassen zur Ausbildung sind Personen, die bereits über eine therapeutische Ausbildung verfügen, wie z.B. Energietherapeuten, Massage- und Physio-Therapeuten, Psychotherapeuten, Ergotherapeuten, Naturheilpraktiker, Pflegefachleute, Ärzte, Hebammen etc.

In Ausnahmefällen und nach Absprache mit der Ausbildungsleitung können auch Menschen ohne therapeutische Vorbildung aufgenommen werden.

Interessierte bitten wir, uns das Bewerbungsformular vollständig ausgefüllt zuzustellen. Die Ausbildungsleiterin nimmt mit Ihnen Kontakt auf, um allfällige Fragen zu klären. EnergietherapeutInnen kann, nach Absprache mit der Ausbildungsleiterin, ein Teil ihres schon besuchten Unterrichts angerechnet werden.

Intervision

Zwischen den Ausbildungseinheiten ist in mindestens vier Intervisionsstunden der vermittelte Unterrichtsstoff gemeinsam mit AusbildungskollegInnen zu üben. Insgesamt sind mindestens 40 Intervisionsstunden nachzuweisen.

Supervision

Während der Ausbildung müssen mindestens 10 Supervisionsstunden bei der Ausbildungsleiterin absolviert werden. Kleingruppen-Supervisionen sind möglich. Supervisionstage zu einzelnen Themen können nach Bedarf zusätzlich organisiert und anteilig angerechnet werden (1 Tag für 2 Einzelstunden).

Eigenbehandlungen

Während der Ausbildungszeit müssen mindestens 15 Eigenbehandlungen bei anerkannten Craniosacral-TherapeutInnen nachgewiesen werden.

Protokollierte Sitzungen

Zwischen den Ausbildungseinheiten sind jeweils 5 Craniosacral-Therapie-Sitzungen zu protokollieren und vor der nächsten Ausbildungseinheit an die Ausbildungsleiterin einzusenden. Für einen Diplomabschluss sind insgesamt 50 Sitzungsprotokolle notwendig.

Schulmedizinische Grundlagen

Das EMR verlangt zur Zeit 150 Unterrichtsstunden in Anatomie, Physiologie, Pathologie und Hygiene, gesamthaft geprüft vom Ausbildungs-Institut. Medita bietet einen entsprechenden Ausbildungslehrgang an. Der Kurs findet parallel zur Craniosacral-Ausbildung an 12 Wochenenden in Zürich statt. Die Kosten dafür belaufen sich mit Prüfung auf ca. Fr. 4000.-.

Studium Fachliteratur

Eine Liste mit empfohlenen Büchern wird bereit gestellt. Der Aufwand an Selbststudium während der Ausbildung beträgt ca. 150 Stunden.

Prüfung

Zur Prüfung wird zugelassen, wer alle "Allgemeinen Bedingungen" erfüllt hat:

90 % Präsenzzeit im Unterricht; versäumte Lektionen in Privatstunden bzw. Intervention nachgeholt
40 Interventionssitzungen mit AusbildungskollegInnen
10 Supervisionssitzungen mit der Ausbildungsleiterin
15 Eigenbehandlungen bei anerkannten Craniosacral-TherapeutInnen
50 protokollierte Klientensitzungen
150 Stunden schulmedizinische Fächer, geprüft

Es findet eine schriftliche, eine mündliche und eine praktische Prüfung statt. Bei Nicht-Bestehen ist eine einmalige Wiederholung möglich.

Diplom

Das Diplom wird nach bestandener Prüfung an einer gemeinsamen Feier ausgehändigt.

Hinweis

Für eine EMR- Zulassung sind nach heutigem Stand der Nachweis über die schulmedizinischen Grundlagen sowie 200 Klientensitzungen nach Diplomabschluß erforderlich.



*„Rhythmus ist die ordnende Kraft, welche die Natur
und unser Leben beständig durchdringt.“*

(B. B. Mauerhofer)

MEDITA

Im Laubegg 1
CH-8045 Zürich
Schweiz

Tel.: +41 (44) 462 69 02

Fax: +41 (44) 462 69 04

info@medita-schule.ch

www.medita-schule.ch

