

Detaillierte Kursinhalte craniosacral_flow®-Ausbildung

Sphinx-Craniosacral-Institut

Einführung, CSB 1

Modul 1, Grundlagen Craniosacral-Behandlung

In diesem Einführungskurs lernen Sie, mit sanfter, lauschender Berührung eine einfache Craniosacral-Grundbehandlung auszuführen.

Kompetenzen

Sie schulen die eigene entspannte Körperhaltung sowie die Wahrnehmung von unterschiedlichen Körperstrukturen und verschieden langsamen Rhythmen. Anhand der Ganzkörpereinschätzung (Evaluation) unterscheiden Sie freie und eingeschränkte Strukturen. Mit sanften Techniken entspannen Sie am Klient querverlaufendes Bindegewebe sowie die Mittellinie und harmonisieren den Craniosacral-Rhythmus.

Sie beginnen vermehrt die eigene mentale, körperliche, emotionale und energetische Einstellung zu reflektieren. Mit raumgebendem Kontakt setzen Sie Ihre Fertigkeiten gezielt ein.

Lernziele

Sie entwickeln die Fähigkeit:

- die Struktur und Funktion des Craniosacral-Systems einfach zu erklären
- mit ressourcenorientierter Grundhaltung die langsamen Körperrhythmen zu palpieren
- die Qualitäten des Craniosacral-Rhythmus wahrzunehmen und zu harmonisieren
- freie und träge Dreh- und Angelpunkte zu unterscheiden
- eine einfache Craniosacral-Grundbehandlung durchzuführen, u.a. mit:
 - Bindegewebe entspannen
 - Mittellinie entspannen
 - Ruhepunkt-Technik an den Füßen
 - entspannen von Kaumuskelatur und Unterkiefer
 - die Schädelkapsel-Haltung präzise auszuführen und den Craniosacral-Rhythmus an mehreren Schädelknochen gleichzeitig zu palpieren
 - den Ohrzug sanft und wirkungsvoll anzuwenden
 - Hinterhauptbein, Kreuzbein und den Duralschlauch in Seitenlage zu harmonisieren
- Craniosacral-Selbstbehandlungs- und Wahrnehmungsübungen für sich selbst zu nutzen.

Aufbau, CSB 2

Modul 1, Grundlagen Craniosacral-Behandlung

Sie evaluieren und harmonisieren das Craniosacral-System und den Craniosacral-Rhythmus. Sie wenden umfassende Grundbehandlungen und Selbsthilfeübungen selbständig an.

Kompetenzen

In diesem Aufbaukurs erweitern Sie Ihre Grundfertigkeiten: Sie evaluieren und entspannen gezielt die Schädelbasis und das Neurocranium. Sie lernen, das Craniosacral-System spezifischer zu harmonisieren, was sich positiv auf verschiedene Körpersysteme auswirkt. Im Weiteren wird Ihnen das Verständnis des Zusammenspiels von Indikation - CS-Anatomie - CS-Behandlung weiterhelfen, diese wirkungsvoller auszuführen. Für Kopf und Rumpf werden Sie auch neue Selbsthilfe-Übungen kennen lernen und an sich selbst anwenden.

Lernziele

Sie entwickeln die Fähigkeit:

- die Schlüsselknochen und das gesamte Craniosacral-System differenziert zu evaluieren
- die Strukturen und Funktionen/Dysfunktionen der Schädelbasis einfach, aber fundiert zu erklären
- mit entspannter Haltung die langsamen Körperrhythmen differenziert in ihren verschiedenen Qualitäten zu palpieren und spezifischer auszugleichen
- die Ruhepunkt-Technik (CV4) am Hinterhauptbein, an den Schläfenbeinen und am Kreuzbein einzusetzen
- den Hals und Mundboden über das Zungenbein zu entspannen
- präzise und wirkungsvoll Schädelbasis und Cranium zu entspannen
- das Atlanto-Occipital-Gelenk und grosse Hinterhauptloch von Restriktionen freizusetzen.
- mit/anhand der Weitung des Foramen jugulare gezielt den venösen Blutabfluss und das Vegetativum zu fördern
- eine umfassende Craniosacral-Grundbehandlung durchzuführen
- therapeutische Interventionen zu kennen und diese bei starken Prozessen passend anzuwenden
- erweiterte Craniosacral-Selbsthilfe spezifisch für sich zu nutzen

Nach diesem Aufbaukurs wenden Sie bereits alle Positionen und die Grundbehandlung gem. Poster im Praxisbuch 'Craniosacral-Rhythmus' an.

Ergänzung, CSB 3

Modul 1, Grundlagen Craniosacral-Behandlung

Sie evaluieren und harmonisieren das Craniosacral-System und seinen Rhythmus gezielt, sowohl lokal als auch segmental und global. Sie führen auf Ihre Klienten individuell abgestimmte Behandlungen aus.

Kompetenzen

Mit diesem Ergänzungskurs erweitern Sie die Behandlungsmöglichkeiten: Die ergänzenden Behandlungselemente verstärken die entspannende und selbstregulierende Wirkung Ihrer CS-Sitzungen. Sie lernen zudem, wie Sie Ihre Klienten in verschiedenen liegenden Positionen oder im Sitzen behandeln. Durch diese Erfahrungen werden Sie individueller begleiten. Sie sind reicher an Variationsmöglichkeiten und wenden die CS-Behandlung zunehmend intuitiver an.

Anhand des 3-Schritte-Heilungsprozesses verstehen Sie die Fähigkeiten des Körpers zu tiefer Selbstregulation, die Sie unterstützen.

Sie erhalten/verfügen über Anhaltspunkte, ob und wann es sinnvoll ist, Ihren Klienten CS-Selbsthilfeübungen anzubieten und vermitteln diese entspannungsfördernd.

Lernziele

Sie entwickeln die Fähigkeit:

- die Knochen-, Membran- und Flüssigkeitsebene des CS-Systems zu unterscheiden und zu harmonisieren
- das Craniosacral-System sowohl direkt als auch indirekt zu behandeln
- Blockaden im Rumpfbereich auch peripher zu entspannen
- Jugendliche und Erwachsene im Sitzen, in Rücken- und Seitenlage zu behandeln
- mit offenen Fragen das Körperbewusstsein der Klienten zu fördern
- körperliche, emotionale, energetische Prozesse frühzeitig zu erkennen, anzusprechen und ressourcenorientiert zu begleiten.
- Unterschiede und Vorteile der Ruhepunkte CV4 und EV 4 zu beschreiben

- Ruhepunkte in Flexion/AR und in Extension/IR anzuwenden/auszulösen
- die Bedeutung der Dreh- und Angelpunkte vertieft in Ihre CS-Behandlungen einzubeziehen
- den Gleichgewichtspunkt (Point of Balance) von Ruhepunkten zu unterscheiden
- den 3-Schritte-Heilungsprozess auf der Ebene der Atmung, des Bindegewebes und des Craniosacral-Systems zu erkennen und zu unterstützen
- individuelle Craniosacral-Grundbehandlungen kombiniert mit ergänzenden Techniken durchzuführen
- die Knochen-, Membran- und Liquorebene differenzierter zu unterscheiden und jede Ebene gezielt zu harmonisieren.
- die Entschlackung und Funktion des Gehirns mit der Ventrikelreise zu fördern.
- ausführliche Behandlungsprotokolle zu erstellen
- Klienten in einfachen Craniosacral-Selbsthilfeübungen anzuleiten

Vertiefung, CSB 4

Modul 1, Grundlagen Craniosacral-Behandlung

In diesem Kurs vertiefen Sie Ihre Erfahrungen und Sicherheit, so dass Sie für Klienten mit verschiedensten Anliegen effektive Craniosacral-Grundbehandlungen anbieten können.

Kompetenzen

Sie nutzen alle Ihre Fertigkeiten für gezielte umfassende CS-Grundbehandlungen, abgestimmt auf die individuellen Bedürfnisse Ihrer Klienten. Sie unterscheiden verschiedene Behandlungsansätze und wenden deren grundlegenden Prinzipien an. Durch das vernetzte Verständnis -auch mit kurzen Fallbesprechungen in der Gruppe, anhand von Behandlungsprotokollen- gestalten Sie Ihre eigenen CS-Sitzungen wirkungsvoller.

Lernziele

Sie entwickeln die Fähigkeit:

- das Craniosacral-System auf den verschiedenen Ebenen umfassend zu evaluieren und sowohl mit funktionellen als auch präzisen strukturellen Techniken zu behandeln
- Sie erkennen verschiedene Formen der Primären Respiration, die Sie mit passender Haltung und Techniken unterstützen
- den Beckenbereich und Verlauf des Ischias-Nervs gezielter zu entspannen
- den Wechsel von der funktionellen zur biodynamischen CS-Behandlung zu erkennen und zu unterstützen
- die Dynamiken des Flüssigkeitskörpers während der Inhalations- und Exhalationsphase zu erkennen
- Ruhepunkte auf der Ebene des Flüssigkeitskörpers zu begleiten
- den Bedürfnissen und Fähigkeiten des Klienten entsprechend den geeigneten CS-Behandlungsansatz anzuwenden
- umfassende Behandlungsprotokolle zu erstellen und diese eigenständig zu reflektieren
- für die Anliegen Ihrer Klienten passende Craniosacral-Selbsthilfeübungen auszuwählen und diese anzuleiten.

Mit diesem Vertiefungskurs Grundlagen Craniosacral-Behandlung runden Sie das erste Modul ab. Zur zusätzlichen Lernkontrolle empfehlenswert: kleine Prüfung in CS-Selbsthilfe und Zwischenprüfung Modul 1 CSB 1 - 4 (= Zulassung für Modul 2, CST).

Craniosacral-Anatomie, CST 1

Modul 2, Craniosacral-Therapie (nach Modul 1)

Das Ziel dieses Kurses ist, dass Sie das Craniosacral-System in seinen anatomischen und

physiologischen Zusammenhängen kennenlernen. Die anatomischen Strukturen werden auch mit Hinweisen zu Indikationen und Praxis der CS-Therapie unterrichtet. Vernetztes Verständnis führt zu ganzheitlichem Lernen. Mit geführten Körperreisen wird der (anatomische) Kursinhalt ergänzt und ganzheitlich erfahrbar. Dieser Kurs wird Ihnen zudem das Selbststudium erleichtern.

Kompetenzen:

Sie kennen und verstehen die Anatomie des Craniosacral-Systems auf der Knochen-, Membran- und Liquorebene und können den Einfluss der peripher auf das CS-System einwirkenden Strukturen beschreiben.

Lernziele

Sie sind in der Lage:

- die Anatomie und Funktion des Craniosacral-Systems auf der Knochen-, Membran- und Liquorebene profund zu beschreiben
- den Einfluss der peripher auf das CS-System einwirkenden Strukturen zu erläutern
- die anatomischen Strukturen in einen Zusammenhang mit Indikationen und Praxis der CS-Therapie zu bringen.

Dialog und craniosacrale Prozessbegleitung, CST 2

Modul 2, Craniosacral-Therapie (nach Modul 1)

Kompetenzen:

Während der gesamten CS-Sitzung wenden Sie eine ressourcenorientierte Gesprächsführung an. Sie erkennen therapeutische Prozesse, die Sie lösungsorientiert begleiten.

Lernziele:

Sie sind in der Lage:

- im Erstgespräch, in der Anamnese, während der Behandlung, im Nachgespräch therapeutische Prozesse zu erkennen, die Sie ressourcenorientiert unterstützen
- innere und äussere Ressourcen für sich selbst zu nutzen und zu erfahren, wie sich damit körperliche und emotionale Veränderungen einstellen
- empathisch und interaktiv sowohl verbale als auch non-verbale Prozesse zu begleiten
- subtile Anzeichen von Aktivierung und Deaktivierung des Nervensystems zu erkennen
- einen selbstreflexiven Umgang mit den Themen ‚Nähe - Abstand regeln - Abgrenzung‘ zu pflegen. Somit erkennen Sie noch besser, welche therapeutischen Angebote der CS-Therapie für den Patienten hilfreich sind.
- Anzeichen von Schock und Trauma zu erkennen
- die Sitzung lösungsorientiert zu führen, bei Bedarf passende therapeutische Interventionen anzuwenden und die Behandlung passend abzurunden
- durch die Kurzeinführung in die Bedeutung des Sozialen Nervensystems und des mehrteiligen Nervus vagus das erweiterte Verständnis für die Begleitung von Kindern und Erwachsenen in schwierigen Situationen zu nutzen
- anhand der Erkenntnisse Ihrer Selbstreflexion von CS-Behandlungen (inkl. Zeitmanagement) mit weniger Aufwand effektivere Sitzungen auszuführen.

Hilfreich zur Vorbereitung ist «Craniosacral-Rhythmus» S. 103-108, 113-120, 286-290.

Visceral Behandlung 1, CST 3

Modul 2, Craniosacral-Therapie (nach Modul 1)

Das Befreien der inneren Organe kann mit handfester Manipulation geschehen oder,

wie Sie in diesem Kurs mehrheitlich lernen, durch das spürende Folgen der inneren Bewegung. Die Bewegungsverbesserung der Organe wirkt sich auch entlastend auf den Bewegungsapparat aus.

Kompetenzen

Sie unterstützen die inneren Organe in ihrer Beweglichkeit und fördern somit deren Vitalität.

Lernziele

Sie sind in der Lage:

- mit Ihrer Behandlung gezielt den Nervus vagus zu unterstützen
- durch Folgen der Organbewegungen einfache, innenliegende Entwicklungsbewegungen (unwinding) an Leber, Magen, Lunge, Bauchfell, Blase und Gebärmutter zu unterstützen
- oberflächliche Narben sanft zu entlasten

Gesichtsknochen und Kiefergelenk, CST 4

Modul 2, Craniosacral-Therapie (nach Modul 1)

Kompetenzen

Sie kennen die strukturellen und funktionellen Zusammenhänge von Viscerocranium und Neurocranium. Sie behandeln Kiefergelenk und Gesichtsknochen spezifisch, u.a. intraoral. Die erweiterten Techniken wenden Sie an Jugendlichen und Erwachsenen an, um das Wachstum zu verbessern, Dysfunktionen aufzulösen und traumatische Einwirkungen nach Sturz/Unfall oder Operation zu lindern.

Lernziele

Sie sind in der Lage:

- spezifisch zu evaluieren und zu behandeln:
Kaumuskulatur, Mandibula, Maxilla, Vomer, Palatinum, Zygomaticum
- die Behandlung sowohl auf der Knochen-, Membran- und Liquorebene zu integrieren im gesamten Neurocranium inkl. Schädelbasis und am Kreuzbein
- die intracranialen Membranen mit einer einfachen Abfolge zu entspannen.

Fortgeschrittene Evaluation & Behandlung 1, CST 5

Modul 2, Craniosacral-Therapie (nach Modul 1)

Kompetenzen

Sie lernen fortgeschrittenen Evaluations- und Behandlungstechniken anzuwenden, mit Inhalten von Modul 1 zu kombinieren und üben diese Techniken sorgfältig und präzise ein. Sie verstehen den Einfluss von Schock/Trauma und den Prozess von Trauma-Lösungen. Auch werden Sie die fortgeschrittenen Craniosacral-Behandlungen im Team ausführen - mit Vorgespräch, erweiterter Evaluation und umfassender Behandlung, inkl. Integration, Nachgespräch und Vermittlung von Wahrnehmungs- und Selbsthilfeübungen. Die Behandlungen innerhalb der Kleingruppe (multiple hands-on) sind äusserst hilfreich: multiple hands-on wird Ihr Verständnis der interaktiven Prozessbegleitung erheblich erweitern.

Kursinhalt und Lernziele

- hochwirksame fortgeschrittene Evaluations- und Behandlungstechniken anwenden
- Trauma in verschiedenen Formen unterscheiden
- Merkmale der PTBS erkennen
- die bisherige ressourcen- und lösungsorientierte CS-Erfahrung vertiefen
- in den Behandlungen in der Kleingruppe (multiple hands-on) Ihr Verständnis der interaktiven Prozessbegleitung erweitern und diese situationsgerecht anwenden-

- körpereigene Fliess- und Freiwindungsbewegungen (unwinding) unterstützen, im Bereich der Mittellinie, des gesamten Rumpfes, der Extremitäten
- fortgeschrittene CS-Behandlungen auch im Team auszuführen, inkl. ressourcenorientiertem Nachgespräch
 - Behandlungsprotokolle der Sitzungen im Team vergleichen und besprechen

Fortgeschrittene Evaluation & Behandlung 2, CST 6

Modul 2, Craniosacral-Therapie (nach Modul 1)

Kompetenzen

Um mit voller Intensität zu lernen, zu üben und das Gelernte zu vertiefen, sind wir für eine Woche in einem Seminarhaus. Das ist herausfordernd und spannend - und bringt eine Vielzahl persönlicher und fachlicher Erkenntnisse und Fortschritte. In dieser Woche fördern Sie Ihre Lern- und Erfahrungsprozesse beträchtlich.

Kursinhalt

- multiple hands-on - Behandlungen mit interaktiver Prozessbegleitung professionell leiten und begleiten
- ressourcenorientiert tiefere Narben/Verletzungen und chronische Beschwerden behandeln
- das Zellgedächtnis ansprechen und dadurch den Einfluss der damit verbundenen Geschichte auflösen
- verstehen, wie sich das Autonome Nervensystem selbst reguliert und diesen Prozess verbal, non-verbal und mit den passenden Techniken situationsgerecht fördern
- körpereigene Freiwindungsbewegungen auch im Bereich der HWS und Mandibula unterstützen
- die im Fortgeschrittenenkurs 1 erlernten Behandlungen auch bei Menschen mit Symptomen/Syndromen oder Traumata anwenden
- craniosacral_flow® im warmen Wasser anwenden

Biodynamische Craniosacral-Therapie 1, CST 7

Modul 2, Craniosacral-Therapie (nach Modul 1)

Kompetenzen

Im Zentrum stehen die biodynamischen Prinzipien der CST und im praktischen Erforschen diese Bereiche wahrzunehmen und passiv zu unterstützen. Dadurch erhöhen Sie die Wirkung der innewohnenden Behandlungsprozesse.

Kursinhalt

- die Geschichte und wichtigsten Entwicklungen der Osteopathie und der Craniosacral-Therapie erläutern
- die unterschiedlichen Behandlungsansätze einfach und verständlich erklären
- das Neutral des Patienten und dasjenige des Therapeuten unterscheiden und deren Vertiefung wahrnehmen
- sich mit den Ausdrucksformen der Primären Respiration synchronisieren
- subtile Prozesse der verschiedenen Zonen differenzieren
- die Dynamik des Flüssigkeitskörpers während der Inhalations- und Exhalationsphase erkennen
- Ruhepunkte auf der Ebene des Flüssigkeitskörpers begleiten
- den ganzheitlichen Wechsel (holistic shift) erkennen
- biodynamische Bereiche verstehen (Fluid-body, Midtide, Potency, die Mittellinie).

CS-Therapie für Eltern und Kinder, CST 8

Modul 2, Craniosacral-Therapie (nach Modul 1)

Kompetenzen

Geburtsgeschichte, Bonding, Trauma - Eltern und Kinder haben verwickelte Geschichten. In diesem Modul lernen Sie, wie Sie mit Hilfe der Craniosacral-Therapie Eltern und Kinder bei diesen existentiellen Themen helfen.

In der Unterstützung von Eltern und Kinder spielt der Stressabbau eine wichtige Rolle.

Sie üben, entwicklungsphysiologische und emotionale Schwierigkeiten aufzulösen.

Durch ressourcen- und lösungsorientierte Kommunikation entlasten und unterstützen Sie sowohl Kinder wie Eltern zusätzlich - und mit Erfolg.

Und: Wie helfen Sie bei unerfülltem Kinderwunsch und während der Schwangerschaft?

Wie setzen Hebammen und Säuglingskrankenschwestern Craniosacral-Therapie ein?

Kursinhalt

- Techniken und Behandlungen anwenden bei:
 - unerfülltem Kinderwunsch; während der Schwangerschaft
- CS-Therapie für Hebammen und Säuglingskrankenschwestern vor, bei, nach der Geburt
- spontane Freiwindungsbewegungen (unwinding) des Kindes sehen und/oder spüren und achtsam begleiten
- die Lage der Hinterhauptkondylen evaluieren und ausgleichen
- spielerische Angebote nutzen und dabei gleichzeitig mit geburtsrelevanten, biographischen oder aktuellen Themen arbeiten
- die grundlegend wichtigen Themen wie Bonding, Re-Bonding, Geburtsgeschichte, Trauma auch in Bezug auf das Nervensystem und die Entwicklung des Kindes verstehen
- entwicklungsphysiologische und emotionale Schwierigkeiten wie auch körperliche Einschränkungen erkennen und das Kind entlastend unterstützen
- die Vorteile der verschiedenen CS-Behandlungsansätze bei Kindern kennen und dem therapeutischen Prozess entsprechend anwenden
- die Erkenntnisse des sozialen Nervensystems und des mehrteiligen Vagus-Nervs in der Begleitung von Eltern und Kindern anwenden.

Vertiefung Behandlung 1, CST 9

Modul 2, Craniosacral-Therapie (nach Modul 1)

Kompetenzen

Sie vertiefen alle Inhalte der Grundausbildung (CSB + CST, Modul 1 + 2).

Lernziele

Sie sind in der Lage:

- auf verständliche Weise die Vorteile der unterschiedlichen CS-Behandlungsansätze und deren grundlegenden Wirkungsweisen zu erklären
- verschiedene Ausdrucksformen der Primären Respiration zu erkennen und zu differenzieren und für jede Ebene die passende therapeutische Arbeitsweise anzuwenden
- alle im Unterricht vermittelten Inhalte entsprechend dem individuellen Anliegen und der Verfassung des Patienten anzuwenden
- Therapieziele zu überprüfen und ressourcenorientiert mit dem Klienten zu kommunizieren.

Version 1, 30. Mai 2016