

# Craniosacral Therapie

---

## **Methodenidentifikation**

Version Januar 2016 (gültig ab 21.02.2018)

# Inhaltsübersicht

	Seite
1. Methodenbezeichnung	3
2. Kurzbeschrieb der Methode	3
3. Geschichte und Philosophie	4
4. Grundlegendes theoretisches Modell	7
5. Befunderhebung, Information und Planung	9
6. Therapiekonzept	11
7. Grenzen der Methodenausübung / Kontraindikationen	16
8. Methodenspezifische Differenzierung der Handlungskompetenzen	17
9. Methodenspezifische Ressourcen	17
10. Positionierung	23
a. Bezug der Methode zur Alternativ- und Schulmedizin	
b. Abgrenzung der Methode zu anderen Methoden und Berufen	
11. Umfang und Gliederung des methodenspezifischen Teils der KT-Ausbildung	24
Glossar	25
Bibliografie	28

## **1. Methodenbezeichnung**

Craniosacral Therapie

## **2. Kurzbeschreibung der Methode**

Die Craniosacral Therapie hat ihre Wurzeln in der Osteopathie, welche von Dr. Andrew Taylor Still (1828-1917) im Jahre 1874 begründet wurde. In ihrem Mittelpunkt stand die vollkommene Schöpfung als Ausdruck und Werk einer übergeordneten Kraft.

Dr. William Garner Sutherland (1873-1954) begründete das Konzept der cranialen Osteopathie. Er erkannte rhythmische Bewegungen des Craniums und fühlte auch rhythmische Bewegungen im Gehirn, den Meningen, dem Liquor cerebrospinalis und im Sacrum.

Diese Bewegungen – so seine Hypothese – seien durch eine Primäre Respiration, einen ursprünglichen, inneren Atem geschaffen.

Er sprach vom Breath of Life (Lebensatem), von der Kraft der Tide, von Potency und Vitalität, welche die innewohnenden rhythmischen Bewegungen schaffen, sie aufrechterhalten und dadurch den Körper regulieren und regenerieren.

Dr. Harold Ives Magoun (1898-1981) benannte den Lebensatem als treibende Kraft und machte damit die Arbeit von Sutherland allen Osteopathen seiner Zeit zugänglich.

Der Begriff Craniosacral Therapie wurde zum ersten Mal in den 1970er Jahren vom amerikanischen Osteopathen und Chirurgen Dr. John E. Upledger (1932-2012) verwendet. Das Wort „craniosacral“ setzt sich aus „Cranium“ (Schädel) und „Sacrum“ (Kreuzbein) zusammen. Upledger schrieb wegweisende Standardwerke zur Craniosacral Therapie. Damit war ein entscheidender Schritt zur Entwicklung der eigenständigen Methode Craniosacral Therapie in Abgrenzung zur Osteopathie und zur cranialen Osteopathie getan.

Zeitgenössische Forschende und Dozierende der Methode haben den Aspekt des Lebensatems aufgegriffen und die Craniosacral Therapie insgesamt weiterentwickelt. Der Fokus richtet sich auf ressourcenzentriertes, lösungsorientiertes und prozessbegleitendes Arbeiten.

Geprägt von der Geschichte liegt der Craniosacral Therapie heute die Philosophie des ordnenden Prinzips des Gesunden im Menschen und des Ganzheitlichen zugrunde. Die Therapie vertraut auf die Fähigkeit des Organismus zur Selbstregulation.

Struktur und Funktion beeinflussen sich gegenseitig. Jeder Prozess auf der körperlichen, geistigen, seelischen oder sozialen Ebene wirkt gleichzeitig auf die anderen Ebenen.

Der Lebensatem bringt die Menschen mit ihren tiefsten Ressourcen in Kontakt. Er beinhaltet auch eine innewohnende Intelligenz, einen Bauplan, welcher die menschliche Gestalt ordnet und diese Ordnung aufrechterhält.

Genesung geschieht in Zusammenarbeit von Therapeutin, Therapeut und Klientin, Klient in einer Interaktion, welche die Selbstheilungskräfte der Klientin, des Klienten stärkt und die Selbstwahrnehmung fördert. Die KomplementärTherapeutin, der KomplementärTherapeut Methode Craniosacral Therapie bietet Hilfe zur Selbsthilfe, die auf einen Kompetenzgewinn der Klientin, des Klienten in Bezug auf die Erhaltung ihrer, seiner Gesundheit hinwirkt.

Der Haltung der Therapeutin, des Therapeuten kommt in der Craniosacral Therapie ausschlaggebende Bedeutung zu. Sie ist geprägt von Empathie, Wertschätzung und Achtung der Klientin, dem Klienten gegenüber, unabhängig ihrer, seiner lebensgeschichtlichen Prägung, der kulturellen, religiösen und sozialen Herkunft und möglichst frei von Wertung. Die Rolle der Therapeutin, des Therapeuten ist die rezeptive Begleitung und Unterstützung der stattfindenden Prozesse.

Die Craniosacral Therapie ist heute auf allen Kontinenten vertreten. Es liegt umfassende Literatur vor. Allein in der Schweiz gibt es aktuell zahlreiche Institute, welche unterschiedlich ausgestaltete Ausbildungen, Kurse und Fortbildungen anbieten.

### **3. Geschichte, Philosophie und Verbreitung**

#### **3.1 Geschichte**

Die Craniosacral Therapie hat ihre ursprünglichen Wurzeln in der Osteopathie, welche von Dr. Andrew Taylor Still (1828-1917) im Jahre 1874 begründet wurde. In ihrem Mittelpunkt stand die vollkommene Schöpfung als Ausdruck und Werk einer übergeordneten Kraft. Still sprach von der Einheit aus Körper, Geist und Seele und erkannte einen Selbstheilungsmechanismus. In seinem Buch „Die Philosophie der Osteopathie“ schrieb Still, dass die Cerebrospinalflüssigkeit das höchste aller bekannten Elemente des menschlichen Körpers sei (vgl. Still 1902: S. 44).

Dieser Satz hatte einen wichtigen Einfluss auf Dr. William Garner Sutherland (1873-1954), dem gegen Ende seiner Ausbildung zum Osteopathen, ca. 1900, beim Betrachten der Suturen einzelner

Schädelknochen eines disartikulierten Schädels der Gedanke aufkam: „abgeschrägt wie die Kiemen eines Fisches, auf einen Atemmechanismus hinweisend“ (Sutherland 2008: Bd. II S. 139). Durch diesen Gedanken antizipierte er eine atemähnliche Bewegung in den Suturen und versuchte seine Hypothese in den folgenden Jahrzehnten durch Eigenexperimente zu widerlegen. Da es ihm nicht gelang, übertrug er das Konzept der traditionellen Osteopathie auf die Schädelknochen, entwickelte dazu spezifische und zugleich subtile Techniken und begründete damit das Konzept der cranialen Osteopathie.

Er erkannte rhythmische Bewegungen des Craniums und fühlte auch rhythmische Bewegungen im Gehirn, den Meningen, dem Liquor cerebrospinalis und im Sacrum. In diesen Bewegungen – so seine Beobachtung – drückt sich die Primäre Respiration aus. Durch jahrelange Forschungen kam Dr. Sutherland zu weiteren Einsichten: Er sprach vom Breath of Life (Lebensatem), der Kraft der Tide, von Potency und Vitalität, welche die innewohnenden rhythmischen Bewegungen schaffen, sie aufrechterhalten und dadurch den Körper regulieren und regenerieren (vgl. Sutherland 1998).

Dr. Harold Ives Magoun(1898-1981) beschrieb das craniale Konzept mittels 5 Komponenten des Primären Respirationsmechanismus (vgl. Magoun 1976: S. 367):

1. Die Fluktuation der cerebrospinalen Flüssigkeit
2. Die Mobilität und reziproke Spannung der intracranialen und intraspinalen Membranen
3. Die Motilität des zentralen Nervensystems (Hirn und Rückenmark)
4. Die Mobilität der Schädelknochen an ihren Suturen
5. Die unwillkürliche Mobilität des Kreuzbeines zwischen den beiden Iliä

Und er fügte hinzu, dass der Effekt all dieser Phänomene im ganzen Körper wahrnehmbar sei. Er beschrieb den Lebensatem als treibende Kraft (vgl. Magoun 1951: S. 15) und machte damit die Arbeit von Sutherland allen Osteopathen seiner Zeit zugänglich.

Gemäss McPartland and Skinner (2005) brachten die beiden Osteopathen Rachel und John Woods 1961 die Bezeichnung Cranialer Rhythmischer Impuls hervor, um die unwillkürlichen, subtilen Körperhythmen zu bezeichnen.

Rollin E. Becker (1910-1996) sprach in seinen Büchern „Life in Motion“ und „Stillness in Life“ (vgl. Becker 1997: S. 168ff) von biodynamischen Kräften, die sich sowohl in den Fluida als auch in den Strukturen des menschlichen Körpers ausdrücken.

Der Begriff Craniosacral Therapie wurde zum ersten Mal in den 1970er Jahren vom amerikanischen Osteopathen und Chirurgen Dr. John E. Upledger (1932-2012) verwendet.

Er lernte die craniale Osteopathie nach seinem Studium kennen und erforschte 1975-1983 als Professor der Biomechanik am College of Osteopathic Medicine at Michigan State University, USA, in seinem Team mit Anatomen, Physiologen und Biophysikern die Funktion des Craniosacral Systems (wie er die Kernstrukturen des primären Respirationmechanismus nannte) und die Anwendung in der Evaluation und Behandlung von Störungen des Zentralnervensystems. Er schrieb wegweisende Standardwerke zur Craniosacral Therapie, in denen er den Begriff Craniosacral Rhythmus verwendete, um die unwillkürlichen Rhythmen zu benennen.

Er entwickelte die Upledger CranioSacral Therapie® und die Prozessbegleitung SomatoEmotional Release®, mit welcher die körperlich-emotionalen Prozesse während der Behandlung unterstützt wurden.

Dies war ein entscheidender Schritt zur Entwicklung und Verbreitung der eigenständigen Methode Craniosacral Therapie.

Zeitgenössische Forschende und Dozierende der Methode Craniosacral Therapie haben den Aspekt des Lebensatems aufgegriffen und die Craniosacral Therapie insgesamt weiterentwickelt. Neben dem Craniosacral Rhythmus wurden weitere Rhythmen und subtile Bewegungen beobachtet und beschrieben. Diese neueren Beobachtungen sind in einem breiten Feld von Lehrenden und Praktizierenden entstanden und können nicht Einzelpersonen zugeschrieben werden. Die ursprünglich manuelle Craniosacral Therapie hat sich dadurch zu einer ganzheitlichen, ressourcenzentrierten, lösungsorientierten und prozessbegleitenden therapeutischen Methode entwickelt.

### **3.2 Philosophie**

Geprägt von der Geschichte liegt der Craniosacral Therapie heute die Philosophie des ordnenden Prinzips des Gesunden im Menschen und des Ganzheitlichen zugrunde.

Die Therapie vertraut auf die Fähigkeit des Organismus zur Selbstregulation.

Struktur und Funktion beeinflussen sich gegenseitig. Jeder Prozess auf der körperlichen, geistigen, seelischen oder sozialen Ebene wirkt gleichzeitig auf die anderen Ebenen.

Der Lebensatem bringt die Menschen mit ihren tiefsten Ressourcen in Kontakt. Er beinhaltet auch eine innewohnende Intelligenz, einen Bauplan, welcher die menschliche Gestalt ordnet und diese Ordnung aufrechterhält. Die unwillkürlichen Rhythmen und ihre Potency als Ausdruck des

Lebensatems sind eine starke, vitale Kraft, die Lebendigkeit fördert und erhält.

Genesung geschieht in Zusammenarbeit von Therapeutin, Therapeut und Klientin, Klient in einer Interaktion, welche die Selbstheilungskräfte der Klientin, des Klienten stärkt, die Selbstwahrnehmung fördert und auf einen Kompetenzgewinn in Bezug auf die Erhaltung ihrer, seiner körperlichen, geistigen und seelischen Gesundheit hinwirkt.

Diese therapeutische Interaktion entsteht auf der Grundlage von individuellen Bedürfnissen, Lebenserfahrung und Fähigkeiten der Klientin, des Klienten und Kompetenzen sowie Lebenserfahrung der Therapeutin, des Therapeuten. Die Interaktion geschieht auf drei Ebenen:

- in der Berührung
- verbal
- nonverbal

Der Haltung der Therapeutin, des Therapeuten kommt in der Craniosacral Therapie ausschlaggebende Bedeutung zu. Sie ist geprägt von Empathie, Wertschätzung und Achtung der Klientin, dem Klienten gegenüber, unabhängig ihrer, seiner lebensgeschichtlichen Prägung, der kulturellen, religiösen und sozialen Herkunft und möglichst frei von Wertung. Die Rolle der Therapeutin, des Therapeuten ist die rezeptive Begleitung und Unterstützung der in der Klientin, im Klienten stattfindenden Prozesse.

#### **4. Grundlegendes theoretisches Modell**

In der Craniosacral Therapie ist das Hauptaugenmerk auf die innewohnende Gesundheit, die Selbstheilungskräfte und die Ressourcen des Menschen gerichtet.

Die Grundlage des Modells ist der Lebensatem, dessen Ausdruck als Primäre Respiration Strukturen und Fluida in Bewegung setzt und unterhält. Die Primäre Respiration beeinflusst alle Körperzellen, was unter anderem eine positive Auswirkung auf den Stoffwechsel des ganzen Organismus hat. Die Rhythmen der Primären Respiration sind von der Lungenatmung und vom Herzkreislaufsystem unabhängige Bewegungen. Das theoretische Modell beinhaltet verschiedene, unwillkürliche Rhythmen, deren Unterscheidung sowohl zur Befunderhebung wie auch zur therapeutischen Arbeit dient.

Drei der wichtigsten Rhythmen sind:

Die Tide oder Long Tide:

Langsamster der drei Rhythmen der Primären Respiration. Eine Art Gezeitenbewegung. Ein Zyklus dauert etwa 100 Sekunden oder 6 Zyklen in 10 Minuten (vgl. Becker: 2007, S.130).

Mid Tide/Fluid Tide/Potency Tide:

Wahrnehmbar in der Einheit von Gewebe und Fluida als eine langsame Inhalation/Expansion und Exhalation/Retraktion in 1–3 Zyklen pro Minute.

Das Wahrnehmen von Mid Tide und Long Tide geht oft mit einer Veränderung der Wahrnehmungsebene einher. In der Literatur wird um die Beschreibung dieses Phänomens gerungen. Einige Autoren sprechen von einem holistic shift, andere von Gezeitenfeldern oder von morphogenetischen Feldern.

Craniosacral Rhythmus/Cranialer Rhythmischer Impuls:

Variabel im Tempo: 6–12 Zyklen pro Minute.

Die physiologischen, unwillkürlichen Expansions- und Retraktionsbewegungen der Cerebrospinalflüssigkeit sind am ganzen Körper wahrnehmbar. Die verschiedenen Qualitäten des Craniosacral Rhythmus (Intensität, Amplitude, Symmetrie, Frequenz) geben Auskunft über den Zustand des Organismus, zugrunde liegende Muster, deren Folgeerscheinungen und Kompensationen.

Die Cerebrospinalflüssigkeit wird in den Hirnventrikeln erzeugt und über die venösen Hirnblutleiter resorbiert. Sie wird sowohl in ihrer Zirkulation wie in ihrer Fluktuation als nährendes Element wahrgenommen. Sie umspült – rhythmisch wie Ebbe und Flut – das Gehirn, das Rückenmark und die Austrittsstellen der Nerven entlang der Wirbelsäule. Sie schützt, nährt und reinigt diese und fungiert als wichtiger Informationsträger für das gesamte Nervensystem. Ein freies Fließen der Cerebrospinalflüssigkeit ermöglicht, dass Nervensystem, Organe, Knochen, Muskeln, Faszien und Bindegewebe, letztlich alle Zellen im menschlichen Organismus optimal kommunizieren können. Spannungen und Funktionsstörungen im Craniosacral System können eine Reihe von sensorischen, motorischen und neurologischen Beschwerden verursachen.

Da der gesamte Organismus und die verschiedenen Rhythmen in Verbindung stehen, haben Veränderungen in einzelnen Bereichen weitreichende Auswirkungen auf den gesamten Organismus, seine Struktur und seine Funktion, ja sogar auf die Gefühlswelt, Seele und Geist. Die Craniosacral Therapie arbeitet mit dem Ursprung dieses ganzheitlichen, komplexen Systems und beeinflusst die Gesamtfunktion.

Die Beobachtung der embryologischen Entwicklung ermöglicht Bewusstsein für die Menschwerdung und die innewohnenden Kräfte, welche Struktur und Funktion hervorbringen. Diese innewohnenden Kräfte

sind im Organismus zu jeder Zeit vorhanden und steuern dessen Entwicklung. Darin ist ein universelles und gleichzeitig individuelles Potenzial angelegt.

Das therapeutische Verständnis der Craniosacral Therapie basiert auf den oben beschriebenen Grundlagen, Kenntnissen und Zusammenhängen. Während den Behandlungen leitet die KomplementärTherapeutin, der KomplementärTherapeut Methode Craniosacral Therapie die Klientinnen, Klienten dazu an, die innewohnenden Kräfte und deren Veränderungspotenzial über Selbstwahrnehmung zu erfahren und kennen zu lernen. Den Klientinnen, Klienten werden Möglichkeiten zur Selbstbeobachtung und Selbsthilfe aufgezeigt und sie werden inspiriert, während und zwischen den Sitzungen Neues auszuprobieren und Übungen zur Entspannung allgemein oder gewisser Körperpartien auszuführen. Unter anderem können grundlegende strukturelle und funktionelle Prozesse erlebbar werden. Die Selbstwahrnehmungsfähigkeiten und das Vertrauen in den Genesungsprozess werden weiter entwickelt und gestärkt.

## **5. Befunderhebung, Information und Planung**

### **5.1 Befunderhebung**

- a) In einem ersten Gespräch werden die Anliegen der Klientin, des Klienten aufgenommen.
- b) Die KomplementärTherapeutinnen, KomplementärTherapeuten Methode Craniosacral Therapie fragen nach den Wünschen und Bedürfnissen der Klientin, des Klienten.
- c) Sie fragen nach den Ressourcen der Klientin, des Klienten und klären ab, was diese gut finden und schätzen in ihrem Leben (Positiv-Anamnese).
- d) Sie informieren sich über deren aktuellen Gesundheitszustand, frühere Erkrankungen, Unfälle und Operationen, sowie über die persönliche und familiäre Entwicklungsgeschichte.
- e) Sie informieren sich über allfällige schulmedizinische Abklärungen, Diagnosen, Therapien und Medikationen.
- f) Sie nehmen einen Sichtbefund auf.
- g) Sie halten eine neutrale, offene, lauschende und Raum gebende Präsenz.
- h) Sie nehmen mittels leichter Berührung einen lauschenden, rezeptiven Kontakt zur Klientin, zum Klienten auf.
- i) Das Lauschen/Listening ist Befunderhebung und informiert über den momentanen Zustand des Systems (vgl. Becker 2007: S. 235).
- j) Sie nehmen sowohl Kontakt auf mit den Körperstrukturen wie auch mit den Funktionen der Körpersysteme und erkennen diese in ihrem

Normalzustand sowie in ihren Mustern, Kompensationen und Einschränkungen.

- k) Sie evaluieren die Vitalität und die Kraft der Primären Respiration.
- l) Sie nehmen einen Befund über die Primäre Respiration auf und erfühlen die spezifischen craniosacralen Strukturen und ihre Dynamik durch Palpation.
- m) Sie nehmen Mobilität, Motilität, Position und Vitalität der Strukturen und Organe sowie die Potency wahr.
- n) Sie erkennen mechanische, funktionelle und vegetative Muster.
- o) Die Qualität und die Kontinuität der verschiedenen Rhythmen geben den Therapeutinnen, den Therapeuten Hinweis über die Vitalität des Craniosacral Systems, der Fluida, der Gewebe und der Strukturen des Menschen.
- p) Sie nehmen Ungleichgewichte und kompensatorische Muster wahr.
- q) Sie erkennen und fördern körpereigene Ressourcen.
- r) Sie erkennen Stillpunkte und Prozesse der Stille.
- s) Sie schätzen ihre Wahrnehmungen in Bezug auf die Anliegen der Klientin, des Klienten ein und kommunizieren diese.

## **5.2 Information**

- a) KomplementärTherapeutinnen, KomplementärTherapeuten Methode Craniosacral Therapie informieren die Klientin, den Klienten über ihre Behandlungsmethode.
- b) Sie informieren über den Behandlungsablauf.
- c) Sie geben einen Ausblick über den möglichen Behandlungsverlauf.
- d) Sie bieten der Klientin, dem Klienten eine gemeinsame Standortbestimmung nach einigen Behandlungen an.
- e) Sie weisen auf ihre Möglichkeiten und Grenzen hin.
- f) Sie beantworten Fragen zur Methode und zu ihrer Person.
- g) Sie informieren über ihre Konditionen.

## **5.3 Planung**

- a) Die KomplementärTherapeutinnen, KomplementärTherapeuten Methode Craniosacral Therapie planen ihre Behandlungen aufgrund der Befunderhebung.
- b) Der Behandlungsplan wird durch Zusammenarbeit mit der Primären Respiration geleitet.
- c) Freie Funktionsfähigkeit und/oder Einschränkungen und Störungen im menschlichen Organismus geben ihnen dabei Hinweise auf die nötigen Schritte der Behandlung.
- d) Die KomplementärTherapeutinnen, KomplementärTherapeuten Methode Craniosacral Therapie respektieren und anerkennen die Möglichkeiten, Ressourcen und Grenzen ihrer Klientin, ihres Klienten und passen ihre Behandlung entsprechend an.

- e) Sie reflektieren ihre Behandlungen und passen ihre Planung dem Genesungsverlauf an.
- f) Sie kennen ihre eigenen Grenzen und weisen, wenn nötig, die Klientin, den Klienten an entsprechende Fachpersonen weiter.

## **6. Therapiekonzept**

### **6.1 Konzept**

Die KomplementärTherapeutinnen, KomplementärTherapeuten Methode Craniosacral Therapie nehmen mit ihren Händen die feinen, unwillkürlichen Rhythmen und deren Qualitäten wahr und unterstützen mit unterschiedlichen, subtilen Ansätzen den Selbstheilungsprozess der Klientin, des Klienten. Die Therapie folgt dem Ziel des Gesamtorganismus, durch die körpereigenen Regulationsmechanismen und die Selbstheilungskräfte einen ausgeglichenen Zustand in Körper, Geist und Seele zu schaffen.

Die Therapeutinnen und Therapeuten begleiten die Klientin, den Klienten mit ihrer Aufmerksamkeit und ihrer Präsenz, verbal und nonverbal. Sie nehmen den Körper als Ganzes wahr und geben den sich entwickelnden Genesungsprozessen Raum.

Die Therapeutinnen und Therapeuten regeln ihre Achtsamkeit über Nähe und Distanz zur Klientin, zum Klienten. Sie können sich auf verschiedene Bewusstseins- und Wahrnehmungsebenen einstimmen.

Durch sanfte Berührung und in lauschender Haltung evaluieren Therapeutinnen und Therapeuten den momentanen Zustand des Gesamtorganismus. Mittels Palpation und Lauschen nehmen sie mit ihren Händen die unwillkürlichen Rhythmen und deren Qualitäten wahr und erkennen, beurteilen und behandeln Spannungsmuster im Nervensystem, in Organen, Knochen, Muskeln, Faszien und allen Geweben.

Sie beobachten die rhythmischen Bewegungen in den verschiedenen Geweben und Strukturen, in Flüssigkeit und als Potency.

Die Rhythmen geben ihnen sowohl über selbstregulierende Vitalität und Gesundheit des Systems wie auch über Muster und Störungen Auskunft.

Sie kennen die Anatomie und funktionelle Zusammenhänge und erkennen Spannungsmuster im Gewebe (Faszien, Muskeln, Knochen, Organe).

Sie kennen nicht invasive funktionelle Mobilisierungen der Strukturen und können mit sanfter Berührung und mit subtilen Lösetechniken arbeiten.

Sie erkennen natürliche Fulcra als Orientierungs- und Organisationsprinzip und erspüren kompensatorische Fulcra als zusätzliche, erworbene Muster.

Mittels feiner Leitung und Anregung wird ermöglicht, dass sich diese Kompensationsmuster lösen und die Normalisierung von Struktur und physiologischer Funktion wiederhergestellt wird. Dies ist besonders

hilfreich für die physiologische Wechselwirkung zwischen neurologischem, endokrinem und immunologischem System sowie der Perzeption.

Die KomplementärTherapeutinnen, KomplementärTherapeuten Methode Craniosacral Therapie unterstützen mit feinen, manuellen Impulsen, welche eine Eigenregulierung des Körpers einleiten, die Klientin, den Klienten auf dem Weg zur Selbstheilung.

Das Begleiten und Induzieren von Stillpunkten, in welchen die rhythmischen Bewegungen des Craniosacral Systems, der Strukturen und der Fluida in einen Zustand der Stille kommen, sowie die Wahrnehmung der Stille in ihren unterschiedlichen Qualitäten sind weitere Werkzeuge in der Craniosacral Therapie.

Neben Struktur und Funktion werden durch die Craniosacral Therapie oft auch die Gefühlsebene angesprochen und tiefere Daseinsebenen des Menschen berührt. Dadurch können diese Ebenen von der Klientin, vom Klienten verstärkt wahrgenommen werden. Diese Bewusstwerdung, teilweise verbal oder nonverbal begleitet durch die KomplementärTherapeutin, den KomplementärTherapeuten Methode Craniosacral Therapie, kann den Weg zu Veränderungen öffnen.

KomplementärTherapeutinnen und KomplementärTherapeuten Methode Craniosacral Therapie verfügen über verschiedene Herangehensweisen in ihrer Therapie:

Sie können strukturell arbeiten. Das Wissen und Wahrnehmen der körpereigenen Bewegungen (Mobilität und Motilität) hat in dem Fall besondere Bedeutung. In dieser Herangehensweise sind es vor allem die unwillkürlichen rhythmischen Bewegungen, welche die Therapeutinnen, Therapeuten beobachten, mit denen sie in Kontakt treten und deren Ausdruck und Veränderung sie fördern. Sie wirken aktiv auf die Soma, den menschlichen Körper, ein und wenden präzise, subtile Handhaltungen und Techniken zur Regulierung der Bewegungsfähigkeit an.

In einer funktionellen Herangehensweise begleiten die Therapeutinnen, Therapeuten die sich zeigenden Bewegungen und evaluieren und fördern den Genesungsprozess. Auf diese Weise entsteht ein lokales, ein erweitertes und schliesslich ein umfassendes Gleichgewicht in Gewebe und Nervensystem.

Während bei diesen beiden Ansätzen die Soma im Vordergrund der Intervention steht, basiert die biodynamische Herangehensweise in erster Linie auf dem Wissen und dem Wahrnehmen der innewohnenden vitalen Kräfte, die dem Leben zugrunde liegen. Diese Kräfte sind es, welche die körpereigenen Bewegungen schaffen und ihre Wirksamkeit auf Funktion, Form und Struktur

aufrechterhalten. Diese schaffenden, erhaltenden und reparierenden Kräfte werden von den KomplementärTherapeutinnen, KomplementärTherapeuten Methode Craniosacral Therapie wahrgenommen und als Ausdruck der Fähigkeit zur Selbstregulierung begleitet.

Veränderungen zur Gesundheit können in diesen verschiedenen Herangehensweisen durch sichtbare äussere Bewegungen, innere Mikrobewegungen oder tiefe Stille wahrgenommen und begleitet werden.

Die verbale Begleitung hilft, fortlaufend zu evaluieren und die Behandlung entsprechend anzupassen. Sie erfolgt einfühlsam über zielgerichtete, offene Fragen, zum Beispiel:

- nach Berührungsqualität
- wie sich die Berührung anfühlt
- nach allgemeiner Befindlichkeit
- nach Wahrnehmen von Körper, Bewegungsapparat, Flüssigkeiten, Craniosacral System, Bewegung
- nach Sinneswahrnehmung und Emotion
- nach Veränderung und Neuausrichtung

Die verbale Begleitung kann helfen, Körperwahrnehmung und Emotion erlebbar zu machen und in Kontakt mit der inneren Gesundheit zu kommen.

Innere und äussere Ressourcen werden durch Fragen und Anleiten zu differenziertem Wahrnehmen erforscht und deren Wirkung körperlich-emotional spürbar gemacht und verankert.

Das ermöglicht der Klientin, dem Klienten, ihre, seine Situation und den ganzen Prozess wahrzunehmen, zu akzeptieren und gestärkt die Handlungsfähigkeit zu erweitern.

Die Behandlungen unterstützen die Klientin, den Klienten im Alltag und fördern Selbstermächtigung und Selbstverantwortung. Craniosacral Therapie spezifische Selbsthilfe sowie Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen zwischen den Behandlungen sowie nach Abschluss des Behandlungszyklus tragen zur Nachhaltigkeit bei, zum Beispiel:

- Bindegewebe, Suturen, Kiefergelenk ertasten und sanft entspannen
- im Tagesablauf bewusst kurze Momente von Ruhe einschalten
- die Mittellinie (Wirbelsäule) bewusst wahrnehmen
- in der Vorstellung durch den Körper wandern
- sich mit den Ressourcen verbinden

## **6.2 Behandlungsablauf**

### **Begegnen**

Nach Anamnese und Befunderhebung nehmen die Therapeutinnen, Therapeuten mittels Palpation, Aufmerksamkeit und Präsenz Kontakt mit der Klientin, dem Klienten auf. Durch diese Kontaktaufnahme beginnt der Körper der Klientin, des Klienten Gesundheit und Befindlichkeit zum Ausdruck zu bringen.

### **Bearbeiten**

Es entsteht ein Dialog zwischen den Händen der Therapeutinnen, Therapeuten und dem Körper, dem Geist und der Seele der Klientin, des Klienten, mit der Absicht, dass sich die innewohnende und schon immer vorhandene Gesundheit dieses Menschen wieder deutlicher ausdrücken und gelebt werden kann.

KomplementärTherapeutinnen, KomplementärTherapeuten Methode Craniosacral Therapie orientieren sich hin zu Ganzheit und zum Ausdruck des Gesunden. Sie unterstützen die Reorganisation und Selbstregulierung durch effektive Zusammenarbeit mit den vitalen, ordnenden Kräften der Primären Respiration. Dadurch ermöglichen sie die Wiederherstellung des inneren Gleichgewichtes.

Mittels Listening/Lauschen und feinen, manuellen Impulsen begleiten die Therapeutinnen, Therapeuten das Gewebe zum Spannungsgleichgewicht und so zur Lösung von Stauungen, Blockaden und kompensatorischen Fulcra. Einschränkungen, Muster und Dysfunktionen auf struktureller Ebene können mit sanften Techniken behandelt werden.

Im Zentrum des therapeutischen Prozesses steht die Selbstwahrnehmung der Klientin, des Klienten. Die innere Wahrnehmung und Bewusstwerdung werden durch die begleitende Gesprächsführung vertieft und verankert.

Mit feinen Berührungen an verschiedenen Stellen am Körper begleiten die KomplementärTherapeutinnen, KomplementärTherapeuten Methode Craniosacral Therapie die verschiedenen Rhythmen, Stillpunkte und Prozesse der Stille. Sie begleiten so auch komplexe Phänomene, welche tief greifende Veränderungen in Körper, Geist und Seele ermöglichen.

Die KomplementärTherapeutinnen, KomplementärTherapeuten Methode Craniosacral Therapie erkennen und überprüfen anhand der Qualität und Kontinuität der unterschiedlichen Rhythmen die Wirkungsweise und den Verlauf der Therapie. Sie erkennen Verbesserungen in Strukturen, Spannungs- und Kompensationsmustern sowie die Regulierung im autonomen Nervensystem. Sie begleiten den Veränderungsprozess zu mehr Gleichgewicht, Ganzheit und Gesundheit. Dies und die

Rückmeldungen der Klientin, des Klienten über ihre, seine Befindlichkeit und Wahrnehmungen geben den Therapeutinnen, Therapeuten Hinweise für den weiteren Therapieverlauf.

## **Integrieren**

Während der Behandlung wird sich die Klientin, der Klient der Veränderungen auf verschiedenen Bewusstseinssebenen gewahr. Es können Erinnerungen, Bilder, Gedanken, Gefühle oder Körperempfindungen auftreten, die erforscht und bewusst gemacht werden.

Diese Prozesse begleiten die Therapeutinnen, Therapeuten sowohl körper- und ressourcenorientiert wie auch verbal. Sie unterstützen den Integrationsprozess durch methodenspezifische Ansätze, wie zum Beispiel Stillpunkte, und mit einem Abschlussgespräch.

## **Transferieren**

Die KomplementärTherapeutinnen, KomplementärTherapeuten Methode Craniosacral Therapie geben Empfehlungen ab und vermitteln ihrer Klientin, ihrem Klienten bei Bedarf Craniosacral Therapie spezifische Selbsthilfeübungen und weiterführende Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen für die Zeit zwischen den Behandlungen und/oder nach abgeschlossener Therapie. Mit diesen Übungen kann sie, er selbst die Wahrnehmung für den eigenen Organismus und ihre, seine Umgebung schulen. Diese Übungen dienen der Klientin, dem Klienten zu mehr Selbstwahrnehmung und Eigenverantwortung. Die Therapeutinnen, Therapeuten vermitteln Übungen zur Selbsthilfe praxisnah, verständlich und ressourcenorientiert.

Sowohl die Behandlungen als auch die Selbsthilfeübungen fördern und vertiefen das Verständnis der Klientin, des Klienten für die Salutogenese.

## **Evaluieren**

Die Therapeutinnen, Therapeuten verfassen Behandlungsprotokolle. Sie reflektieren und evaluieren ihre Arbeit anhand der Protokolle, der Veränderungen und persönlichen Rückmeldungen der Klientin, des Klienten und ihrer, seiner eigenen Wahrnehmung.

Sie reflektieren ihre Arbeit auch in Intervisionsgruppen und Supervisionen. In obligatorischen jährlichen Fortbildungen halten sie sich auf dem Laufenden und erweitern ihre Fachkompetenz. Dies dient der Nachhaltigkeit des therapeutischen Wirkens und fördert die Berufsidentität. Dadurch kann unter anderem die Qualität gesichert und die Methode an sich weiterentwickelt werden. Nebenprodukt kann ein etwaiger Beitrag zur Forschung an der Wirksamkeit der Craniosacral Therapie sein.

### **6.3 Behandlungsrahmen**

In der Craniosacral Therapie wird in Einzelbehandlungen gearbeitet. Die Klientin, der Klient liegt in bequemer Kleidung auf der Behandlungsliege. Es kann jedoch auch im Sitzen, Stehen, in Bewegung oder am Boden gearbeitet werden.

Die Behandlungen und Genesungsprozesse werden durch Gespräche begleitet und unterstützt.

Bestimmte Handhaltungen tragen zur Integration der Prozesse bei und leiten zum Abschluss der Behandlung über.

Die Behandlungsdauer hängt von der jeweiligen Klientin, vom jeweiligen Klienten ab. Meist dauert eine Behandlung 60 bis 90 Minuten – bei Kindern und Säuglingen oft weniger lang.

Die Anzahl Behandlungen ist individuell und hängt unter anderem von den bestehenden Beschwerden, Symptomen und Syndromen, von der Lebensgeschichte und der aktuellen Situation der Klientin, des Klienten ab.

## **7. Grenzen der Methodenausübung / Kontraindikationen**

Die Craniosacral Therapie darf nicht oder nur bedingt angewendet werden bei:

- a) Situationen, bei denen eine Erhöhung des Druckes im Schädel vermieden werden muss
- b) unmittelbar nach Schädel-Hirnverletzungen, Hirninfarkten und Hirnblutungen
- c) Hirnaneurysmen

Die Craniosacral Therapie darf nur mit besonderer Vorsicht, mit mehrjähriger Berufserfahrung und eventuell nach Absprache mit anderen Personen des Gesundheitswesens angewendet werden bei:

- a) Beeinträchtigungen des zentralen Nervensystems (z.B. Epilepsie)
- b) Risikoschwangerschaften
- c) psychischen Erkrankungen
- d) bösartigen Tumoren

Die Craniosacral Therapie wird unter Einhaltung der Ethischen Richtlinien der Schweizerischen Gesellschaft für Craniosacral Therapie Cranio Suisse® und deren Ausbildungsinstituten ausgeübt.

KomplementärTherapeutinnen, KomplementärTherapeuten Methode Craniosacral Therapie sind sich der Unterscheidung von Schulmedizin, Alternativmedizin und KomplementärTherapie bewusst.

## **8. Methodenspezifische Differenzierung der Handlungskompetenzen (optional)**

## **9. Methodenspezifische Ressourcen**

### **9.1 Kenntnisse**

Geschichte

- Prinzipien der Osteopathie nach Dr. Andrew Taylor Still
- Die fünf Grundprinzipien nach Dr. William Garner Sutherland
- Begründer der Craniosacral Therapie, Dr. John Upledger
- Aktuell existierende Ansätze und Strömungen der Craniosacral Therapie
- Verbreitung und Weiterentwicklung der Craniosacral Therapie

Weltbild, Philosophie

- Einheit Körper, Geist und Seele
- Der Mensch als Ganzheit
- Innewohnende Gesundheit und innewohnende Intelligenz
- Salutogenese

Therapeutische Grundhaltung

- Präsenz, aktives Zuhören, Empathie, Wertschätzung, Achtung

Craniosacral Therapie spezifische Anatomie, Physiologie, Pathologie und Embryologie

- Schädelknochen
- Sacrum und der Pelvis
- Gehirn und Nervenbahnen
- Hirnventrikel
- Liquor cerebrospinalis
- Hirn- und Rückenmarkshäute (Meningen) und ihre Kontinuität bis zum Sacrum
- Venöse Hirnblutleiter
- Reziprokes Spannungsmembransystem, intracraniale und intraspinal Membrane

- Faszien/Bindegewebe, Organe, Muskeln, Knochen, Zellen
- Embryologie des werdenden Menschen von der Zeugung zum Foetus

#### Prinzipien der Craniosacral Therapie

- Das Craniosacral System und seine Komponenten
- Die Primäre Respiration und die unterschiedlichen Rhythmen
- Die innewohnende rhythmische Fluktuation der cerebrospinalen Flüssigkeit
- Die Mobilität der reziproken Spannungsmembran
- Die Motilität des Neuralrohres (gemeint sind Gehirn und Rückenmark)
- Innewohnende rhythmische Motilität der Schädelknochen und ihre Mobilität an den Suturen
- Die unwillkürliche Mobilität des Kreuzbeines zwischen den Beckenknochen
- Die Flexion und Extension der Synchondrosis sphenobasilaris
- Die Stille und ihre Qualitäten
- Lebensatem als kreative Absicht in Aktion
- Die unterschiedlichen Rhythmen der Primären Respiration
- Die Potency der Gezeiten (Vitalität und Kraft)
- Organisierende, embryologisch angelegte Fulcra
- The Tide/Long Tide als langsame gezeitliche Bewegung
- Mid Tide/Fluid Tide/Potency Tide als Ausdruck der Primären Respiration in der Ganzheit von Gewebe und Fluida
- Die Ganzheit der Fluida und ihre rhythmische Fluktuation
- Cranialer Rhythmischer Impuls/Craniosacraler Rythmus
- Zyklen von Inhalation/Expansion und Exhalation/Retraktion

#### Therapieansatz

- Schulung der Aufmerksamkeit und Wahrnehmung
- Eigenregulierung
- Selbstheilungskräfte
- Kommunikation mit dem Gesamtsystem
- Ressourcen
- Begleitung durch Gespräch
- Prozessbegleitung
- Erkennen des Gesunden und des Normalzustandes
- Selbstregulation des zentralen, autonomen und enterischen Nervensystems
- Spannungen, Funktionsstörungen und strukturelle Veränderungen
- Kompensationen, ganzheitliche Muster und Gleichgewicht
- Struktur und Funktion und deren Wechselwirkung
- Verständnis der Salutogenese

- Anatomie und funktionelle Zusammenhänge
- Techniken und Ansätze zur Mobilisierung der Strukturen und Auflösen von Mustern
- Fulcrum als ein Organisationsprinzip
- Begleiten bzw. Induzieren von Stillpunkten

#### Befunderhebung

- Erstgespräch, Erstanamnese, Sichtbefund
- Interdisziplinäre Abklärungen (Schulmedizin, Therapien, Medikation)
- Neutrale, offene, lauschende, Raum gebende Präsenz
- Listening/Lauschen/Palpieren
- Erkennen von Normal und Abweichungen davon
- Die Qualitäten der verschiedenen Rhythmen
- Position, Mobilität, Motilität und Vitalität verschiedener Strukturen und der Potency
- Mechanische, funktionelle und vegetative Muster und deren Reorganisation

#### Informationspflicht von Therapeutinnen, Therapeuten

- Darstellung der Behandlungsmethode
- Information über Möglichkeiten und Grenzen der Therapie
- Information zu Behandlungsablauf, Behandlungsverlauf und Konditionen
- Standortbestimmung nach einigen Behandlungen

#### Planung von Behandlungen

- Mögliche Behandlungsabläufe
- Berücksichtigen bzw. evaluieren von Anliegen, Ressourcen und Grenzen der Klientin, des Klienten
- Verständnis für Heilungsverlauf und die notwendigen Anpassungen der Behandlung
- Eigene Grenzen und eventuell Weiterweisung

#### Durchführung

- Begleitung durch Präsenz
- Verbale und nonverbale Kommunikation
- Lauschender, rezeptiver Kontakt
- Sanfte, leichte Berührung mit den Händen
- Craniosacral spezifische Ansätze zur Unterstützung des Genesungsprozesses

## Prozessunterstützung

- Erkennen von Prozessen auf verschiedenen Bewusstseinssebenen (Bilder, Gedanken, Körperempfindungen und Gefühle)
- Verbale, nonverbale und ressourcenorientierte Prozessbegleitung
- Selbsthilfeübungen zur Förderung von Selbstwahrnehmung und Eigenverantwortung
- Reflexion der Behandlung und Therapie

## Wirkungsweise

- Normalisierung von physiologischen Funktionen
- Selbstregulierung des autonomen Nervensystems
- Regulierung des inneren Gleichgewichts
- Korrektur von Mustern und Kompensationen zu einer systemischen Funktionseinheit
- Befreiung von Einschränkungen
- Positiver Einfluss auf Stoffwechsel und Zellgedächtnis sowie auf die physiologische Wechselwirkung zwischen neurologischem, endokrinen und immunologischem System sowie der Perzeption.
- Erforschen von Emotionen und tieferen Daseinssebenen, deren Ausdruck und Veränderung
- Äussere Bewegungen, innere Mikrobewegungen und tiefe Stille
- Veränderung der Selbstwahrnehmung
- Förderung der Eigenverantwortung
- Stärkung der Handlungsfähigkeit
- Selbsthilfe durch verbessertes Körperbewusstsein

## Evaluation

- Sicht- und Tastbefund
- Überprüfen von Wirkungsweise und Verlauf durch Beobachtung von Qualität und Kontinuität der Rhythmen
- Erkennen von Normalisierung in craniosacralen Strukturen, Spannungsmustern und kompensatorischen Fulcra
- Erstellen von Behandlungsprotokollen
- Reflexion von eigenen Wahrnehmungen und Rückmeldungen der Klientin, des Klienten über Befindlichkeit und Wahrnehmungen
- Reflexion in Intervention und Supervision
- Fortbildungen

## Grenzen der Methode

- Absolute Kontraindikationen
- Relative Kontraindikationen
- Berufsethik

## 9.2 Fertigkeiten

- Die KomplementärTherapeutinnen, KomplementärTherapeuten Methode Craniosacral Therapie nehmen differenziert mittels Palpation, Listening und Kommunikation mit der Primären Respiration Kontakt auf.
- Sie begleiten und fördern die verschiedenen Rhythmen, den Ruhezustand und Prozesse der Stille.
- Sie kennen verschiedene Handpositionen und setzen diese gezielt ein.
- Sie erfahren unterschiedliche Craniosacral Therapie spezifische Selbsthilfe- und weiterführende Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen an sich selber, wenden diese an und differenzieren die Veränderungen vorher – nachher.
- Sie orientieren sich an den Ressourcen der Klientin, des Klienten und fördern diese.
- Sie erkennen und begleiten die ausgelösten Prozesse im körperlichen, seelischen, geistigen und sozialen Bereich und integrieren sie in den aktuellen Behandlungsverlauf sowie in die folgenden Behandlungen.
- Sie erkennen Anzeichen von Schock, Trauma und Stress.
- Sie entwickeln ein Verständnis für die Prozesshaftigkeit der therapeutischen Methode.
- Sie sind mit einer offenen, achtsamen, ressourcenorientierten Gesprächsführung vertraut und können Prozesse verbal begleiten.
- Sie können Prozesse nonverbal begleiten.
- Sie haben ein vertieftes, weiterführendes Verständnis der craniosacralen Arbeit.
- Sie wenden differenziert therapeutische Prinzipien und Ansätze bei verschiedenen Indikatoren und komplexen Phänomenen an.
- Sie unterstützen gesunde und kranke Menschen ihr Gleichgewicht wieder zu finden.
- Sie berücksichtigen die Möglichkeiten und Grenzen der Methode.
- Sie begleiten den Integrationsprozess.
- Sie arbeiten mit dem Potenzial der Klientin, des Klienten.
- Sie erkennen Traumata und unterstützen im Rahmen ihrer Möglichkeiten deren Transformation.
- Sie nehmen Mobilität und Motilität wahr und evaluieren therapeutische Ansätze für folgende craniosacrale Strukturen:
  1. Das Neurocranium und umgebende Strukturen
  2. Das Viscerocranium und umgebende Strukturen

3. Die reziproke Spannungsmembran, das venöse Sinussystem und das durale Membransystem
  4. Die Ventrikel und umgebende Strukturen
  5. Sacrum und Becken
  6. Die Wirbelsäule und ihre Strukturen
- Sie wenden direkte oder funktionelle Behandlungsansätze an.
  - Sie vermitteln einfache Craniosacral Therapie spezifische Selbsthilfe- und weiterführende Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen für die Klientin, den Klienten praxisnah und auf verständliche Weise.

### 9.3 Haltungen

- Die Haltung der KomplementärTherapeutinnen, KomplementärTherapeuten Methode Craniosacral Therapie ist geprägt von Achtsamkeit und Wahrnehmungsfähigkeit, sowohl sich selber wie auch der Klientin, dem Klienten gegenüber.
- Die innere Haltung zeigt sich in stiller, geerdeter Präsenz, die lauschend und rezeptiv ist.
- Die Therapeutinnen und Therapeuten ruhen in sich und können sich selbst regulieren.
- Sie üben sich in einer neutralen Haltung, die eine verfeinerte Wahrnehmung erlaubt.
- Sie akzeptieren die Klientin, den Klienten in ihrer, seiner Vielfältigkeit und Vielschichtigkeit.
- Sie heissen unterschiedliche kulturelle, religiöse und soziale Herkunft willkommen.
- Mitgefühl und Empathie entwickelt sich durch wertfreies Lauschen von Primärer Respiration.
- Respekt und Achtung für lebensgeschichtliche Prägungen kommen in einer wohlwollenden Haltung zum Ausdruck.
- Sie entwickeln eine Wertschätzung für den Prozess der Klientin, des Klienten.
- Sie begleiten und unterstützen die in der Klientin, im Klienten stattfindenden Prozesse.
- Die Therapeutinnen und Therapeuten sind an einer Zusammenarbeit mit ihrer Klientin, ihrem Klienten interessiert.
- Sie begegnen der Klientin, dem Klienten auf der menschlichen Ebene gleichgestellt, erfüllen jedoch gleichzeitig ihre Berufskompetenzen und übernehmen erhöhte Verantwortung dem therapeutischen Prozess gegenüber.
- Sie beziehen die Klientin, den Klienten aktiv in den Genesungsprozess ein.
- Sie laden diese ein mitzumachen, dabei zu sein, an sich interessiert zu bleiben und so den eigenen Genesungsprozess zu begünstigen.
- Sie unterstützen, inspirieren und motivieren die Klientin, den Klienten am eigenen Prozess teilzuhaben.

- Sie machen es möglich, dass die Klientin, der Klient ihren, seinen Prozess erforschen und ermuntern sie, ihn dadurch, Antworten oder Lösungen zu finden.
- Sie fördern Selbstwahrnehmung, Selbstverantwortung und Genesungskompetenz der Klientin, des Klienten, was wiederum eine grössere Resilienz zur Folge hat.

## **10. Positionierung**

### **a. Bezug der Methode zur Alternativ- und Schulmedizin**

Die Alternativ- und Schulmedizin wird wertgeschätzt und ihr Stellenwert im Gesundheitswesen wird anerkannt.

Bei der Befunderhebung informiert sich die KomplementärTherapeutin, der KomplementärTherapeut Methode Craniosacral Therapie über allfällige schul- und/oder alternativmedizinische Abklärungen, Diagnosen, Therapien und Medikationen und berücksichtigt diese in der therapeutischen Arbeit.

Bei Bedarf werden andere Fachpersonen des Gesundheitswesens mit einbezogen, um die Klientin, den Klienten umfassend zu betreuen. In diesem Sinn fördert die Therapeutin, der Therapeut aktiv die interdisziplinäre Zusammenarbeit und den Austausch mit Fachpersonen anderer Methoden der KomplementärTherapie sowie der Alternativ- und Schulmedizin.

### **b. Abgrenzung der Methode zu anderen Methoden und Berufen**

Abgrenzung zur Osteopathie:

- Während in der Regel in der Osteopathie im Rahmen der Diagnostik vorwiegend aktiv getestet wird, wird der Befund in der Craniosacral Therapie in der Regel rezeptiv wahrnehmend aufgenommen.
- Während in der Regel in der Osteopathie aktiv von Aussen korrigiert wird, versteht sich die KomplementärTherapeutin, der KomplementärTherapeut Methode Craniosacral Therapie als rezeptive Begleiterin, rezeptiver Begleiter des Prozesses der Klientin, des Klienten und gibt diesem Prozess Zeit und Raum.
- Während in der Regel in der Osteopathie die Regulation von Aussen eingeleitet und gesteuert wird, entsteht in der Craniosacral Therapie ein Prozess von Innen – gesteuert durch die Fähigkeit der Selbstregulation. Die Therapeutin, der Therapeut lädt das System zu einer Veränderung in Richtung Normalisierung ein und begleitet es zu Ganzheit und Einheit.

- Während in der Regel in der Osteopathie technik- und protokollorientiert gearbeitet wird, legt die Craniosacral Therapie starkes Gewicht auf erfahrungsbasiertes, prozesszentriertes und ressourcenorientiertes Handeln der Therapeutin, des Therapeuten.
- Während in der Regel in der Osteopathie die manuelle Behandlung im Vordergrund steht, sind in der Craniosacral Therapie die Gesprächsbegleitung wie auch das stille, rezeptive Lauschen wichtige therapeutische Instrumente.
- Während in der Regel in der Osteopathie die Folge einer Kompensationsstörung als Läsion bezeichnet wird, sieht es die Craniosacral Therapie so, dass in diesem Kompensationsmuster die Lösung und Ressource bereits enthalten ist.

## **11. Umfang und Gliederung des methodenspezifischen Teils der KT Ausbildung**

Gesamtumfang der methodenspezifischen Ausbildung: mindestens 1'250 Lernstunden.

Diese setzen sich zusammen unter anderem aus

- Mindestens 500 Kontaktstunden inklusive
  - methodenspezifisches medizinisches Wissen
  - methodenspezifische therapeutische Gesprächsführung
  - 3 Feedbackbehandlungen
  - 10 Stunden methodenspezifische Supervision
- Schriftlichen Arbeiten/Hausaufgaben
- Studium Fachliteratur
- Selbststudium
- Mindestens 11 Stunden Intervision

**Craniosacral Therapie spezifische Terminologie, zusammengestellt von der Schulkommission Cranio Suisse®**

<b>Begriff</b>	<b>Erläuterung</b>
Breath of Life	Lebensatem; Symbol und Ausdruck für unsichtbare, zeitlose, schöpferisch existentielle Kräfte, die kreieren, regulieren und regenerieren.
Cerebrospinalflüssigkeit (CSF)	Liquor cerebrospinalis (lat.): Hirn- und Rückenmarkflüssigkeit, die in den Hirnventrikeln gebildet wird. Sie schützt, nährt und entgiftet das Gehirn und Rückenmark.
Cranialer Rhythmischer Impuls (CRI)	Messbare, physiologische, unwillkürliche Expansions- und Retraktionsbewegungen in einem Rhythmus von 6 – 12 Zyklen pro Minute.
Craniosacral Rhythmus	Siehe Cranialer Rhythmischer Impuls (CRI)
Craniosacral System	Von Dr. Upledger entwickeltes Modell zur Beschreibung eines funktionellen physiologischen Kernsystems, bestehend aus: - den Meningealmembranen und allen Strukturen, die mit diesen verbunden sind - der Cerebrospinalflüssigkeit und allen Strukturen, die der Herstellung, Resorption und Speicher derjenigen dienen.
Cranium	Schädel, der knöchernen Schädel
Fluida	Fließende Kräfte im Physiologischen und Feinstofflichen, unter anderem Träger der Potency.
Fulcrum/ <i>Pl. Fulcra</i>	Zentrum, um welches sich Bewegungen im Körper organisieren. Die Stille im Zentrum einer Organisation.
Fulcrum, kompensatorisches	Zentrum von kompensatorischen Veränderungen im Gesamtorganismus auf verschiedensten Ebenen (faszial, postural, strukturell, psychoneurologisch, endokrin). Ein Kompensationsmuster, das sowohl auf der Ebene von Gewebe wie Fluida auftreten kann.
Listening/Lauschen	Rezeptive Wahrnehmung der Hände (erfühlen oder spüren); Kontakt mit den Händen zum Körper des Klienten, um zu fühlen und zu lauschen, um ohne Urteil aktiv mitzuerleben, was die Körperphysiologie des Klienten manifestiert.

The Tide/Long Tide	Ausdruck des Lebensatems, der Zündfunke, der die Rhythmen initiiert. Langsamster Rhythmus der Primären Respiration. 6 Zyklen in 10 Min.
Mid Tide/Fluid Tide/Potency-Tide	Ausdruck der Primären Respiration in der Einheit von Gewebe, Flüssigkeiten und Potency. 1 – 3 Zyklen pro Minute.
Mobilität	Bezeichnet die Bewegungsmöglichkeit von einer Struktur gegenüber einer anderen, z.B. an den Suturen. Bewegungsfähigkeit einer Struktur als Ganzes in Beziehung zu einer anderen Struktur.
Motilität	Motilität bezeichnet eine innewohnende unwillkürliche Bewegungsfähigkeit aller Gewebe. Innere Zellatmung.
Palpation	Untersuchung durch Berührung mit den Händen. In der Craniosacral Therapie: achtsame, respektvolle Berührung, Erfühlen, Ertasten.
Potency	Vitalität und Kraft, wird durch die Primäre Respiration entfaltet. Wirkt auf und durch alles Gewebe und die Fluida und damit direkt auf die Ganzheit des menschlichen Organismus.
Primäre Respiration	Vom Lebensatem geschaffene, ordnende Bewegungen. Inhalation und Exhalation sind organisiert von der embryologisch angelegten Mittellinie.
Primäres Respirationssystem (PRS)	Das Primäre Respirationssystem (PRS) beinhaltet: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Stille und ihre Qualitäten</li> <li>– Lebensatem als kreative Absicht in Aktion</li> <li>– Potency (Vitalität und Kraft)</li> <li>– Organisierende, embryologisch angelegte Fulcra</li> <li>– Originale Matrix</li> <li>– The Tide/Long Tide als langsame zeitliche Bewegung</li> <li>– Mid Tide/Fluid Tide/Potency Tide als Ausdruck der Primären Respiration in der Ganzheit von Gewebe und Fluida</li> <li>– Cranialer Rhythmischer Impuls/Craniosacraler Rhythmus</li> </ul>

	– Zyklen von Inhalation/Expansion und Exhalation/Retraktion
Primärer Respirationmechanismus (PRM)	Von W. G. Sutherland entwickeltes Modell zur Beschreibung der 5 Komponenten des Kernsystems: 1. Die Fluktuation der cerebrospinalen Flüssigkeit oder die Potency der Gezeiten 2. Die Funktion der reziproken Spannungsmembran 3. Die Motilität des Neuralrohres (gemeint sind Gehirn und Rückenmark) 4. Die gelenkvermittelte Mobilität der Schädelknochen 5. Die unwillkürliche Mobilität des Kreuzbeines zwischen den Darmbeinschaukeln
Stille	Die rhythmischen Bewegungen der Primären Respiration treten in den Hintergrund und ein Seins-Zustand der Stille tritt ein.
Stillpunkt	Begleitung der rhythmischen Bewegungen zu Momenten der Stille.
Sacrum Sacral	Kreuzbein zum Kreuzbein gehörend

## **BIBLIOGRAFIE**

- Agustoni, Daniel (2006): Craniosacral-Rhythmus. Praxisbuch zu einer sanften Körpertherapie. München: Kösel-Verlag GmbH & Co.
- Agustoni, Daniel (2007): Craniosacral-Selbstbehandlung, Wohlbefinden und Entspannung durch sanfte Berührung. München: Kösel-Verlag GmbH & Co.
- Agustoni, Daniel (2008): Craniosacral-Therapie für Kinder. München: Kösel-Verlag GmbH & Co.
- Barral, Jean-Pierre / Mercier, Pierre (1988): Visceral Manipulation. Seattle, OR: Eastland Press
- Barral, Jean-Pierre (1989): Visceral Manipulation II. Seattle, OR: Eastland Press
- Barral, Jean-Pierre (1991): The Thorax. Seattle, OR: Eastland Press
- Barral, Jean-Pierre / Croibier A. (2008): Manipulation kranialer Nerven. München: Elsevier
- Becker, Rollin E. (1997): Life in Motion. Brooks, Rachel E. (Hg.).Portland, Oregon: Stillness Press
- Becker, Rollin E. (2000): Stillness of Life. Brooks, Rachel E. (Hg.). Portland, Oregon: Stillness Press
- Becker, Rollin E. (2007): Leben in Bewegung & Stille des Lebens. Hartman, Christian (Hg). Pfähl: Jolandos Verlag
- Chaitow, Leon (2010): Kraniosakrale Manipulation. München: Elsevier
- Cohen, Don (1995): Craniosacral Therapy. Berkeley: North Atlantic Books
- Fulford, Robert C. (1996): Dr. Fulfords Touch of Life: The healing power of the natural life force. New York: Pocket Books, Simon & Schuster Inc.
- Fulford, Robert C. (1997): Touch of Health. New York, NY: Pocket Books
- Fulford, Robert C. (2008): Puls des Lebens. Pfähl: Jolandos Verlag
- Haines, Steve / Sumner Ged (2010): Cranial intelligence. London and Philadelphia: Singing Dragon Verlag

- Handoll, Nicholas (2009): Die Anatomie der Potency. Pfähl: Jolandos Verlag
- Kern, Michael (2005): Wisdom in the Body. The Craniosacral Approach to Essential Health. Berkeley CA: North Atlantic Books
- Kern, Michael (2010): Die Weisheit im Körper. Der biodynamische Ansatz der Craniosacral-Therapie. München: Pflaum Verlag
- Landeweer, Gert Groot (2010): Einführung in die CranioSacrale Therapie. München: Südwest Verlag
- Lee, Paul (2009): Interface. München: Jolandos Verlag
- Liem, Thorsten (2006): Morphodynamik in der Osteopathie. Stuttgart: Hippokrates Verlag
- Liem, Thorsten (2010): Kraniosakrale Osteopathie. Ein praktisches Lehrbuch. 6. Aufl. Stuttgart: Hippokrates
- Liem, Torsten (2010): Checkliste der Craniosakralen Osteopathie. Stuttgart: Hippokrates Verlag
- Lomba, J.A. (2001): Craniosacrale Osteopathie in der Kinder- und Erwachsenenpraxis. München: Pflaum
- Magoun, Harold Ives (1951): Osteopathy in the cranial field. Original Edition. 1. Aufl. Fort Worth, Texas: Sutherland Cranial Teaching Foundation
- Magoun, Harold Ives (1976): Osteopathy in the Cranial Field. 3. Aufl. Cranial Academy (Hrsg.) Indianapolis, IN: Journal Printing CO
- Magoun, Harold Ives & Foundation, S.C.T. (1997): Osteopathy in the cranial field. 1. Aufl. Cincinnati, OH: C.J. Krehbiel Company
- Magoun, Harold Ives (2009): Osteopathie in der Schädelsphäre. Pfähl: Jolandos Verlag
- Manheim, Carol J. (1989): Craniosacrale Therapy. New Jersey: Slack Incorporated Thorofare
- McPartland, J.M. and Skinner, E. (2005): The biodynamic model of osteopathy in the cranial field. Explore, New York: Vol.1, No.1
- Oschman, James (2006): Energiemedizin. Konzepte und ihre wissenschaftliche Basis. München: Elsevier
- Pischinger, Alfred (2013): Das System der Grundregulation. 11. unv. Auflage. Heidelberg: Haug Verlag

- Rang, N. / Höppner, S. (1997): CranioSacral Osteopathie. Stuttgart: Hippokrates
- Ridley, Charles (2006): Stillness, Biodynamic Cranial Practice and the Evolution of Consciousness. Berkeley, CA: North Atlantic Books
- Rossaint, Alexander / Lechner, J. / v. Asche R. (1991): Cranio-sakrales System. Heidelberg: Hüting Buch Verlag
- Shea, Michael J. (2007): Biodynamic Craniosacral Therapy. Volume 1 – 5. Berkley CA: North Atlantic Books
- Sills, Franklin (2011): Foundations in Craniosacral Biodynamics. Volume 1. Berkley CA: North Atlantic Books
- Sills, Franklin (2012): Foundations in Craniosacral Biodynamics. Volume 2. Berkley CA: North Atlantic Books
- Still, A. T. (1899): The Philosophy of Osteopathy. Indianapolis, IN: American Academy of Osteopathy
- Still, A. T. (1902): The Philosophy and Mechanical Principles of Osteopathy. Kansas City: Hudson-Kimberly Pub. CO.
- Still, A. T. (2005): Das grosse Still-Kompendium. Hartmann, Christian (Hrsg.). Pfähl: Jolandos Verlag
- Sutherland, William G. (1948): The cranial bowl. A treatise relating to cranial articular mobility, cranial articular lesions and cranial technic. Mankato, MN: Free Press Co.
- Sutherland, William G. (1998): Contributions of Thought. 2. Aufl. Fort Worth, Texas: Sutherland Cranial Teaching Foundation, Inc.
- Sutherland, W. G. (1990): Teachings in the science of osteopathy. Portland, OR: Rudra Press.
- Sutherland, William G. (2005): Das große Sutherland-Kompendium. Bd. 1-4. Hartmann, Christian (Hrsg.). Pfähl: Jolandos Verlag
- Upledger / Vredevoogd (2009): Lehrbuch der CranioSacralen Therapie. 6. Aufl. Heidelberg: Haug
- Upledger, John E. (2010): SomatoEmotionale Praxis. 3. Aufl. Heidelberg: Haug
- Upledger, John E. (2011): Lehrbuch der CranioSacralen Therapie II. 2. Aufl. Heidelberg: Haug

- Upledger, John E. (2013): Auf den inneren Arzt hören. München: Irisiana
- Weber, Klaus G. (2004): Kraniosakrale Therapie. Berlin/Heidelberg/New York: Springer Verlag

Auf der Homepage von Cranio Suisse ist weiterführende Literatur aufgelistet.