

Methodenbeschreibung Craniosacral Therapie

Methode

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

Die Grundlage der Methode 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.

Geschichte

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) spürte rhythmische Bewegungen des Craniums wie 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 hervorgerufen.

Er sprach vom Breath of Life (Lebensatem) der die innewohnenden rhythmischen Bewegungen schafft, sie aufrechterhält und dadurch den Körper reguliert und regeneriert.

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.

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. Die ursprünglich manuelle Craniosacral Therapie hat sich dadurch zu einer ganzheitlichen, ressourcenzentrierten, lösungsorientierten und prozessbegleitenden therapeutischen Methode entwickelt.

Therapiekonzept

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 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.

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.

Die verbale Begleitung kann helfen, Körperwahrnehmung und Gefühle 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.

Grenzen / 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