

1½-årig efteruddannelse for kropsterapeuter

Fordi forfinelse af dit håndværk tager tid

HVORFOR 1½ ÅRS EFTERUDDANNELSE FOR KROPSTERAPETER?

De sidste 15 år har vi tilsammen afholdt tæt på 100 kurser i selvudvikling og videreuddannelse. Langt de fleste af dem på 1 til 5 dage. Deltagerne er efterfølgende taget hjem med masser af ny inspiration i rygsækken. Så den korte konklusion har været, at korte kurser virker!

Fra vores tid som undervisere på grunduddannelserne hos Body-sds og Body All Mind har vi dog også set og mærket, hvad god tid til fordybelse og proces kan bidrage med. Netop dette er noget, som mange af vores kolleger efter endt grunduddannelse har fortalt at de savner!

Med vores 1½-årige kropsterapi efteruddannelse ønsker vi derfor at skabe et tillidsfuldt og inspirerende læringsrum for dig og dine kolleger. Et rum hvor I har god tid til at fordybe jer både fagligt, personligt og overordnet i forhold til det, at arbejde med andre mennesker og formidling.

HVAD INDEHOLDER EFTERUDDANNELSEN?

Som kropsterapeut har man brug for en række forskellige ting, for at kunne hjælpe andre mennesker:

- Et effektivt håndværk: en kombination af teknikker, håndelag og erfaring.
- Diagnoseværktøjer til at se klientens situation både i detaljer og i sin helhed.
- Samt evnen til at gå i kontakt og kommunikere på en måde, så klienten føler sig mødt, forstået, og kan få adgang til ny indsigt i sig selv og sin situation.

Dette er det grundlæggende – det faglige fundament. Og det skal gerne være nogenlunde på plads efter en endt grunduddannelse. Samtidig kan det selvfølgelig udvikles og fintunes hele livet. Derfor har det også sin naturlige plads på vores nye efteruddannelse. Helt konkret omtrent to tredjedele.

Men det er ikke nok. For som kropsterapeut har din egen måde at være i livet på også betydning for, hvad du konkret kan bidrage med ved briksen.

Den irske healer Bob Moore har formuleret 3 simple spørgsmål, man kan stille sig selv når og efter man har arbejdet med andre mennesker:

1. Var jeg rolig?
2. Var jeg autentisk?
3. Hvilede jeg i mine kvaliteter?

Disse 3 spørgsmål opsummerer tilsammen rigtig godt, hvad den sidste tredjedel af efteruddannelsen kommer til at handle om:

- **Er jeg rolig?**
 - Har jeg tillid til mine egne færdigheder?
 - Er min egen rygsæk nogenlunde gennemarbejdet?
 - Har jeg udlevet nok til at jeg kan give slip på at præstere overfor min klient?
- **Er jeg autentisk?**
 - Er der overensstemmelse mellem mine værdier, og det jeg siger og gør?
 - Bruger jeg alt det, jeg mestrer fuldt ud?
 - Og står jeg ved når der er noget, jeg ikke ved eller kan?
- **Hviler jeg i mine kvaliteter?**
 - Har jeg kontakt til mit personlige særkende og mine talenter?
 - Og udfolder jeg dem i mødet med mine klienter?

Kan man svare ja til ovenstående, sker der ofte noget magisk i ens arbejde: Det føles meningsfuldt og berigende at gå på arbejde. Og de rigtige klienter har det med at finde en på det rigtige tidspunkt.

Det handler om at hvile naturligt afspændt i sig selv, samtidig med at fokus er på, hvad man kan bidrage med. Og dét er tiltrækkende, uanset hvor synlig du er på facebook og google.

For når du hviler roligt i dig selv og samtidig kan træde lidt til side, så kan inspiration og hjælp flyde mere frit igennem dig - farvet af dine kvaliteter. Og det er dét, der for alvor giver dit håndværk luft under vingerne - til glæde for andre.

Overordnet handler vores efteruddannelse derfor om:

- At skabe et tillidsfuldt rum til fordybelse og læring
- At inspirere, udfordre og støtte dig undervejs - både fagligt og personligt
- At sætte god tid af til de langstrakte processer, der hører med til dybere udvikling
- Og at hjælpe dig til at udvikle og fintune dine talentkerner

Alt dette så du står så stærkt som muligt både fagligt, personligt og i dine unikke kvaliteter, når de 18 måneder er gået. Og så lade resten gøre sig selv.

“Personligheden næres og vokser af den kærlighed, den får.

Sjælen næres og vokser af den kærlighed, den giver.”

Jes Bertelsen

EFTERUDDANNELSENS 5 BEN

I løbet af de 1½ år kommer vi omkring både teori, praksis, og personlig udvikling. For helhedsorienteret behandling kræver et bredt fundament. Du får også rig mulighed for at gå i dybden. Ikke mindst når du efter 6 måneder vælger 1-2 emner, som du vil specialisere dig i.

- **Viden og indsigt**

- Vi bygger videre på dit teoretiske fundament, så du lærer at navigere præcist rundt i både krop, energi, psyke og sind, og zoome ind og ud mellem detaljer og helhed.

- **praksis og erfaring**

- Du får masser af tid ved briksen til at øve, udforske og gøre dig dine egne erfaringer. Og du får masser af sparring undervejs, både i det praktiske og i at integrere det teoretiske med det, du sanser og mærker gennem hænderne.

- **Indføling og kommunikation**

- Indføling handler først og fremmest om dig som modtager: om dine sansninger og din evne til at gå i kontakt. Men også om alle de valg du træffer: hvad, hvornår, hvor meget / hvor lidt. Det vil sige om dosering og timing. Og så handler det om at formidle i et sprog, som klienten kan høre, mærke, og føle sig genkendt og mødt i.

- **Personlig udvikling**

- Viden og erfaring er ikke bare noget, du "får" i bøger og ved briksen. Som terapeut ér du også selv den viden, erfaring, rummelighed og indsigt, som du trækker på. For du går selv vejen og kender den indefra. Og du kender derfor til dine egne styrker, sårbarheder, skygger og blinde pletter.

- **Personlige talentkerner og kompetencer**

- Der er områder som du har særligt let ved, har en naturlig forkærlighed for, eller som du har fordybet dig særligt meget i. Disse områder skal også have lov til at fylde ekstra på DIN efteruddannelse. Derfor sætter vi god tid af til at hjælpe dig med at videreudvikle og forfine dine personlige kompetencer.

OVERSIGT OVER INDHOLD PÅ UDDANNELSEN

TEKNIK

- Ledbehandling inkl. rygsøjlen samt bækkenets og kraniets led
- Behandling af udvalgte muskler, fascier, bindevæv og organer

TEORI

- Nervesystemet inklusiv det polyvagale nervesystem
- 5-element loven, meridianlære og energikroppens anatomi

PSYKOLOGI OG SAMTALE

- Udvalgte emner fra både vestlig og østlig psykologi
- Anerkendende samtale, Aktiv lytning, Spejling, Perspektivering m.m.

DIAGNOSTIK

- Præcisering med helhedsorienteret diagnostik - dvs. kombinationen af teoretisk og praktisk forståelse, samtale, og fysisk/psykisk/energetisk sansning

KONTAKT OG INDFØLING

- Hjertekontakt og meditativ kontakt i det terapeutiske rum
- Sansning af hyper- og hypo tilstande

TRÆNING OG ØVELSER

- Elementer fra Kropsterapeutisk grundtræning, Yoga og Chi qung
- Åndedrætsøvelser, indre øvelser og visualiseringer

MEDITATION

- Indre øvelser og meditation ud fra "5-kanten" (Jes Bertelsen og Vækstcenteret)

ENERGIARBEJDE OG HEALING

- Energisansning, Healing og Bioenergi øvelser (Helen Gamborg, Bob Moore m.fl.)

EGENTERAPI OG SELVUDVIKLING

- Egenterapi, skyggearbejde og selvkonfrontation
- Kollektive processer og gruppearbejde

TALENTKERNE UDVIKLING

- Udfoldelse og udvikling af egne talentkerner
- Speciale med afsæt i egne talentkerner (praktisk, skriftlig og mundtligt)

SPECIALFAG

- Du vælger 1-2 specielfag, som du gerne vil fordybe dig særligt i, og som kan indgå i dit speciale (for eksempel: ledbehandling, Indre rum, Samtaleterapi, eller Healing)

LEKTIER

- Mellem modulerne skal du påregne tid til at arbejde videre med de emner, vi tager op i undervisningen: fx. små daglige/ugentlige øvelser, eller noget du skal læse/studere.

ØVEDAGE OG ØVESESSIONER

- Mellem modulerne er der mulighed for at mødes hos os med dine holdkammerater for at øve. Desuden skal du selv sætte tid af til at give "øve-behandlinger", hvor du trygt kan eksperimentere, fordi klienten på forhånd ved, at du øver dig på nyt.

STRUKTUR PÅ UDDANNELSEN

- **10 2-dages moduler** (mandag-tirsdag)
- **3 3-dages moduler** (søndag-tirsdag)
- **5-dages Internat** (fredag - tirsdag)
- **6 individuelle sessioner**
- **12 Online sessioner** (onsdag aften)
- **Lektier, øvelser og øvesessioner mellem modulerne** (dgl/ugtl)
- **Fælles øvedage** (1 gang ml. hvert modul)
- **3 ugers opgaveskrivning/produktion**
- **Eksamensmodul** (mandag-tirsdag)
- **Afslutningsfest!**

STED

Al undervisning på nær retreat og online sessioner foregår i Center for kropskulturs lokaler i Nørre Snede. Mulighed for overnatning fra dagen før første undervisningsdag.

TIDER

Der undervises på følgende tidspunkter:

- Søndage 17:00-21:00
- Mandage 9:00/10:15-17:00 + 18:30-20:00
- Tirsdage 09:00-16:00
- Online: Onsdage 18:45-21:00
- Internatet starter fredag kl 13:00 og slutter tirsdag kl 15:00

Undervisning i alt: 280 timer / 373 lektioner (ekskl. eksamen)

Undervisningsdage: 35 dage med fysisk fremmøde, 12 online sessioner og 6 individuelle lektioner.

EKSAMEN

For at kunne gå til eksamen, skal du have deltaget i 85% af undervisningen.

Til sidst i uddannelsen laver du en skriftlig opgave eller et andet kreativt produkt om et emne, vi har dækket på uddannelsen og som du har valgt at specialisere dig i. Opgaven indgår i den samlede vurdering til din eksamen.

Til eksamen viser du en behandling af en klient foran af 2 af dine undervisere. Det foregår i et så trygt rum som muligt.

På baggrund af dit samlede forløb på uddannelsen, din opgave og din eksamen, tager vi stilling til, om du behersker de ting, du har lært på uddannelsen i tilstrækkelig grad til, at vi kan anbefale dig som specialiseret kropsterapeut efterfølgende. Kan vi det, har du bestået. Hvis ikke du består, tager vi sammen stilling til hvad der er brug for.

Center for kropskultur - 1½ års efteruddannelse - www.kropskultur.dk/efteruddannelse