

Richtlinien Shiatsuausbildung am kiCollege

Stand Mai 2019

Selbstverständnis - Shiatsu am kiCollege

Shiatsu ist eine in Japan entwickelte energetische Körperarbeit und Heilkunst. Sie baut auf einem ganzheitlichen Verständnis von Körper, Geist und Seele auf. Die Berührung im Shiatsu wird zur Kommunikation zwischen Praktiker*in und Klient*in, mit dem Ziel die Selbstregulierungskräfte anzusprechen und zu fördern. Somit geht die Berührung weit über eine Massage hinaus.

Professionelle Shiatsupraktiker*innen sind jahrelang intensiv geschult in Achtsamkeit und Klarheit. Sie wenden ihre inneren und äußeren Techniken präzise und zielführend an, um

Menschen in ihren Gesundungs- und Veränderungsprozessen erfolgreich zu unterstützen.

Das Verständnis von heil werden und Wandlung ist geprägt von den Jahrtausende alten Erfahrungen der chinesischen und japanischen Medizin und der östlichen Philosophie. Der Mensch ist immer in der Lage, sich selbst zu heilen und Veränderung zu erreichen.

Mit Shiatsu geschieht über tiefe, energetische Berührung eine konkrete Unterstützung in diesem wertvollen Prozess.

Lernen am kiCollege

Um eine gute und einfühlsame Shiatsupraktiker*in zu sein, braucht man Expertise. Am kiCollege unterrichten wir die Praxis und Theorie für eine professionelle Arbeit mit Shiatsu auf höchstem Niveau und auf der Basis jahrzehntelanger Erfahrung.

Unser Unterrichtssystem erlaubt es den Lernenden, ihren Weg frei und individuell zu gestalten. Wir arbeiten niveauübergreifend, schülerzentriert und kompetenzorientiert.

Durch intensive Begleitung, Supervision und persönliches Feedback durch die Lehrerinnen

und Lehrer, ist es den Lernenden immer möglich, zu erfassen, wo sie gerade stehen und was sie jetzt brauchen, um sich und ihre Fähigkeiten weiter zu entwickeln.

Wir begleiten und fördern Lernende ganz individuell auf ihrem Weg ins professionelle Shiatsu. Dazu gehören auch persönliche Prozesse und Herausforderungen.

Die Auseinandersetzung mit Shiatsu ist ganzheitlich und lässt sich bei uns nicht auf die Vermittlung von Methodik und Theorie reduzieren.

KOMPETENZEN

Unser modernes Curriculum ist auf den Kompetenzerwerb ausgerichtet.
Es folgt eine stichpunktartige, tabellarische Auflistung der Kompetenzen, die bei uns im Laufe einer 3-jährigen Shiatsu Ausbildung erworben und gefestigt werden können.

Shiatsutechnik - äußere	Shiatsutechnik - innere
Arbeit am Mensch: generell; am Meridian; lokal;	Innere Ausrichtung, Entspanntheit, Gelassenheit, Offenheit
Arbeit mit Handflächen, Daumen, Fingern, Knien	Arbeit mit Mind-Set, Imagination, Visualisierung, Modelling
Arbeit in Rückenlage, Bauchlage, Seitlage und im Sitzen	Leermachen und Fokussieren
Arbeit am Behandlungsstuhl und auf der Liege	Absichtslos sein in der Begegnung
Rotationen, Dehnungen	
Shiatsu-spezifisches Lehnen	Übungspraxis
Zuhören mit allen Sinnen in der Berührung	Umfangreiches Repertoire an Körperübungen
Arbeiten in Shiatsu-spezifischer Ausrichtung	Do-In (Körper-Energie-Meridian-Übungen) umsetzen
Befundung am Hara, Rücken, Palpation, Bo Shin	Do-In (Körper-Energie-Meridian-Übungen) unterrichten
Behandlungsaufbau / -ablauf	Meditations- und Achtsamkeitspraxis
Wahrnehmung	Berührung
Den eigenen Energiefluss wahrnehmen	Shiatsu-spezifische Berührungsqualität
Den energetischen Ausdruck des Gegenübers wahrnehmen	Achtsam sein in der Berührung
Das energetische Geschehen verfolgen	Handeln im Nicht-Tun
Energetische Räume / Energiefelder wahrnehmen	Lauschen und Folgen in der Berührung
Den eigenen Körper in seiner Bewegung erfahren	Berührungstiefe erfassen und einsetzen können
Die kraftvolle eigene Mitte	Grob- und feinstoffliche Berührung unterscheiden
Verschieden Möglichkeiten der Selbsterkundung	Räume, Punkte, Bewegung unterschiedlich berühren können
Ausrichtung	Shiatsuwissen
Klare innere und äußere Ausrichtung	Meridianwissen - Meridianverläufe
Fähigkeit energetisch zu expandieren - Durchlässigkeit	Masunaga - Arbeit mit den Meridianfunktionen
Zentriertheit - Starke Mitte	Expansion und Kontraktion in der Lebensbewegung
Präsenz und Achtsamkeit in der Begegnung	Yin / Yang Lehre
Entspanntheit - Gelassenheit	5 Wandlungen im Bezug auf Shiatsu
	Kyo / Jitsu und die Arbeit damit im Shiatsu
Shiatsukommunikation	Tsubos - Energiepunkte - Yu-Punkte - Bo-Punkte
Verbale vs. Nonverbale Kommunikation	ki-Verständnis
Resonanz wahrnehmen und herstellen in der Begegnung	Östliches Gesundheitsverständnis und Lebensphilosophie
Empathie - Einfühlungsvermögen	
Wertfreies Beobachten	Körper-/Geist-Wissen
Gesprächsführung	Grundwissen Anatomie, Pysiologie, Pathologie
Raum wahrnehmen und öffnen in der Begegnung	Grundwissen Psychologie
Aus der Oberfläche in die Tiefe gehen	Wissen über Selbstheilung / Selbstregulation
Reflexionsvermögen	Menschenkenntnis
Integrationsvermögen	Genesung - körperlich/seelische Prozesse - Heilung
Anbindung an Ressourcen	
	Selbstkompetenz
Praxis	Die eigenen Ressourcen kennen
Praxisgestaltung	Wachstum durch Selbstbegegnung und Reflexion
professionelles Behandlungssetting	Möglichkeiten der Selbstregulation entfalten
Dokumentation von Behandlungen	Das eigene Leben und Wirken erfassen
Marketing und Praxisführung	Freies, selbstbestimmtes Lernen; Verantwortung übernehmen

Ausbildungsstruktur

Die Ausbildung ist individuell gestaltbar und lässt sich dementsprechend nicht generell und absolut in ihrer Struktur beschreiben. Im Mittelpunkt steht der Mensch und sein Ziel. Entsprechend des gesetzten Ziels und der Ausgangslage kann die Ausbildung unterschiedlich aussehen.

Es gibt in der Shiatsu Ausbildung am kiCollege folgende Elemente:

DER SHIATSURAUM	DER SHIATSUCAMPUS
<p>Monatlich stattfindende Wochenendkurse (Sa/So).</p> <p>Ziele:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vermittlung aller Grundlagen in Praxis und Theorie • Praxis, Übung, Vertiefung, Integration • Gemeinschaft, Kontinuität <p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Basis-Behandlungstechniken > Arbeiten mit Hand, Daumen, Ellbogen und Knie • Meridianverläufe nach Masunaga > Jeweils 2 Meridiane an einem Wochenende nach den Wandlungsphasen gepaart. Schwerpunkt ist das Erfahren und Erspüren der Meridianenergie. • Shiatsutheorie nach Shizuto Masunaga • Wahrnehmungstechniken • Innere und äußere Haltung, Hara-Ausrichtung • Shiatsutypische Berührungsqualität • Durchlässigkeit und die Arbeit mit dem tiefen Kontakt • Meditation und Achtsamkeitsübungen • Umgang mit Klienten • Meridiandehnübungen und andere Shiatsu-unterstützende Übungen (Do-In) 	<p>Mehrfach im Jahr stattfindende Intensivmodule über 6 Tage oder 2 Wochenenden.</p> <p>Ziele:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Professionalisierung • Vertiefung • Selbsterfahrung <p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vertiefungen des Meridianwissens nach Shizuto Masunaga • Verbindungen der Meridiane untereinander • Befundung im Hara, in den Rücken zonen, Bo-Shin • Tsubos/Punkte, Yu-Punkte und Bo-Punkte • Individueller Aufbau und Entwicklung einer Shiatsubehandlung • lokales bereichsbezogenes Behandeln und Arbeit mit den Gelenken • innere Shiatsutechniken (Ausrichtung, Achtsamkeit, Harabezug) • erweiterte Behandlungstechniken (Scanning, Modelling, Mind-Set, Haraarbeit) • Praxisrelevante Themen (wie gehe ich bei Schmerzen, Kopfschmerzen, o.ä. vor) • Erlernen einer achtsamen Kommunikation • Kennenlernen der eigenen Ressourcen in schwierigen Situationen • Selbsterfahrung und Eigenprozess • Meditation und Achtsamkeitsübungen

DIE TUTORIEN	DIE ONLINE-KURSE
<p>Regelmäßiger Einzelunterricht in Form von 1-stündigen Tutorien.</p> <p>Ziele:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individuelle Förderung • Direkte Rückmeldung durch unsere Lehrer*innen • Arbeit an Persönliche Themen und Herausforderungen <p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ergeben sich aus dem persönlichen Anliegen der Lernenden 	<p>Bestimmte theoretische Themen werden in Online-Kursen vermittelt.</p> <p>Ziele:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bestmögliche Integration von theoretischem Hintergrundwissen • Unterstützung für den wichtigen Lernprozess, der zwischen den Präsenzkursen zu Hause stattfindet • Unterstützung für den Berufseinstieg <p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Medizinisches Grundwissen zu Anatomie, Physiologie, Pathologie • Psychologisches Grundwissen • Marketing für eine erfolgreiche Shiatsu-Praxis • Praxisführung

DIE SELBSTERFAHRUNG	DIE ABSCHLUSS-SUPERVISION
<p>Selbst Behandlungen nehmen und geben ist fester Bestandteil des Lernprozesses.</p> <p>Ziele:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reflexion und eigene Entwicklung • Vertiefung • Reifung • Integration der Erfahrung <p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Shiatsu-Selbsterfahrung über 6 Monate bei einer/ m GSD-anerkannten Shiatsu-Praktiker*in (mit Dokumentation dieser Erfahrung) • Mindestens 120 Behandlungen geben über 3 Jahre 	<p>Um die Ausbildung am kiCollege abzuschließen gehen die Lernenden nach etwa 2,5 - 3 Jahren in die 6-monatige Abschluss-Supervision.</p> <p>Ziele:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Intensive Auseinandersetzung mit Shiatsu • Integration und Professionalisierung <p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erstellen einer Abschlussarbeit auf Basis der mehrmonatigen Auseinandersetzung mit einem gewählten Shiathema (Falldokumentation oder Erforschung eines Spezialgebiets) • 3 begleitende Tutorien und Beratung durch Lehrer*in (Mentorenschaft) • 4-tägiger Abschlusskurs mit Prüfung • Abschluss mit Zertifikat

VERTEILUNG DES UNTERRICHTS, VORGEHEN UND KOSTEN

Die Gesamtausbildungszeit beträgt ca. 600 Stunden (à 60 Min) in mindestens 3 Jahren und gliedert sich wie folgt:

	Shiatsuraum		Shiatsucampus		Tutorien	Online- kurse	Abschluss- Supervision	Stunden Gesamt
	Stunden	Besuche	Stunden	Besuche	Stunden	Stunden	Stunden	
1. Jahr	120	10	36	1	1	0		157
2. Jahr	96	8	72	2	2	30		200
3. Jahr	72	6	72	2	4	70	24	242
Summe	288	24	180	5	7	100	24	599
Kosten	3888,-		2450,-		inklusive		690,-	7028,- Insgesamt

Es steht den Lernenden frei, welche Termine sie wann besuchen.

SHIATSURAUM: Es müssen im Laufe der drei Jahre alle Meridianwochenenden im Shiatsuraum mindestens 2x besucht werden (insgesamt 12 Wochenenden). Die weiteren Wochenenden (meridianfrei) sind themenbezogen und ergeben sich aus der Gruppe. (Bsp.: Kontinuität im Shiatsu, Das Lehnen, Wahrnehmung im Kontakt, Kyo/Jitsu in der lokalen Arbeit, Rhythmus und Resonanz).

SHIATSUCAMPUS: In den Campusmodulen arbeiten wir 6 Tage mit 2 Lehrer*innen und weiteren Assistentinnen. Wir haben bewußt kein festes Curriculum für diese Intensivmodule. 4 Wochen vor Beginn gehen die Lehrer*innen mit den Teilnehmenden in Kontakt, um zu erfragen, welche Themen für sie wichtig sind und an welchen Kompetenzen sie arbeiten wollen. Daraus erarbeiten wir das Curriculum für den jeweiligen Kurs, welches dann ganz individuell auf die Gruppe zugeschnitten ist. Wir arbeiten viel in Kleingruppen- und Supervisionssettings und können so ein großes Spektrum an Erfahrungsständen bedienen und die Teilnehmenden individuell fördern.

TUTORIEN: Insgesamt sind mindestens 7 Tutorien vorgesehen, 3 davon im Rahmen der Abschluss-Supervision.

ONLINEKURSE: Die Onlinekurse starten mehrfach im Jahr und können frei besucht werden. Die Teilnahme an den Grundlagenkursen zu Anatomie, Physiologie und Pathologie ist spätestens bis zum Beginn der Abschluss-Supervision zu leisten.

ABSCHLUSS-SUPERVISION: Die 6-monatige Abschluss-Supervision findet 1x im Jahr statt und kann frühestens nach 2,5 Jahren besucht werden. Während der 6 Monate werden die Teilnehmenden persönlich begleitet von einer/m Lehrer*in, die auch den 4-tägigen Abschlusskurs leitet und die Prüfung abnimmt.

ABSCHLUSS> GSD: Die hier skizzierte Struktur führt bei erfolgreichem Bestehen der Prüfung im Abschlusskurs zum Erhalt des GSD-Zertifikats (Ausgebildet nach den Standards der Gesellschaft für Shiatsu in Deutschland e.V.). Bis Oktober 2020 ist das kiCollege noch bei der GSD in Prüfung.

ABSCHLUSS> NICHT GSD: Es ist möglich, am kiCollege auch andere Wege zum Abschluss zu gehen (weniger Stunden, andere Einteilung, anderer Fokus, etc.).

Ein offenes Konzept für selbstbestimmtes Lernen

Auf dem Weg zu einer guten Shiatsu-Praktiker*in wächst du in deiner Persönlichkeit. Es genügt nicht, Fachkenntnisse zu akkumulieren und methodische Fähigkeiten zu erlernen. Daher ist es auch nicht möglich, die Ausbildung auf ein paar Wochenenden zusammen zu schrumpfen oder gar auf Onlinekurse zu verlagern. Du gehst selbst durch einen Prozess, in dem du Erfahrungen sammelst und Erkenntnisse gewinnst. Das Lernen von Shiatsu geschieht. Du kannst es nicht machen.

Es ist ein Reifungsprozess, der sehr individuell ist.

Für die Arbeit mit Shiatsu ist es essentiell, ehrlich mit sich und anderen zu sein, um eine authentische Begegnung zu ermöglichen. So ist es wichtig, sich selbst gut zu kennen und mit sich und dem eigenen Denken, Fühlen und Handeln einverstanden zu sein. Dann wird es möglich, integer in Beziehung zu treten, ohne sich hinter einer Maske verstecken zu müssen.

Im Jetzt geschehen wundervolle Dinge, die in der Tiefe berühren und bewegen. Ehrlich mit sich sein heißt auch im Frieden sein. Bist du im Frieden, dann ist alles gut und die Bewegung des Lebens kann weiter gehen.

Genau das verfolgen wir am kiCollege. Wir sind Menschen mit Ecken und Kanten und wir begegnen uns, damit etwas entsteht und in Bewegung

kommt. Wir legen unsere Masken ab und handeln aus unserer eigenen Mitte heraus. Wir geben, wir teilen, wir lernen und wir suchen Inspiration. Dabei gestalten wir alles an unserer Schule so nah wie möglich an der Praxiserfahrung mit Shiatsu. So wird Shiatsu mit seiner Wirkung direkt erfahrbar und umsetzbar. Wir müssen nichts erlernen, was wir dann anwenden. Wir sind mitten drin.

Am kiCollege sind alle Lernende, egal ob sie sich Schüler*innen, Besucher, Mitglieder, Lehrer*innen oder Administratoren nennen. Und Lernen ist immer Forschen.

Forschen im Shiatsu heißt beobachten. Wir nehmen wahr und erfahren etwas, auf das wir dann eingehen. Das ist unsere ‚Diagnose‘. Sie findet immer im Jetzt statt. Wir schauen, was ist und wir gehen damit in Resonanz. Und wir tun dies in der Geisteshaltung eines Anfängers, der noch unendlich viel zu entdecken hat.

So ist auch unser Schulsystem sehr dynamisch und flexibel angelegt. Alle Lehrerinnen und Lehrer sind regelmäßig im Austausch miteinander und befinden sich in engem Kontakt mit den Lernenden. Es ist ein Austausch, dessen Ziel gemeinsames Wachstum und Entfaltung ist. Wir nehmen wahr. Wir erfahren. Wir gehen darauf ein. Eine Gemeinschaft entsteht, wächst und entfaltet sich.

Die wichtigste Frage: Was kommt als nächstes?

Wenn du dich in eine Shiatsuausbildung begibst, verfolgst du wahrscheinlich ein größeres und langfristiges Ziel. Dieses Ziel steht über all den kleinen Schritten, die du gehst.

Die wichtige Frage, die es zu beantworten gilt, dreht sich allerdings um das Hier und Jetzt. Wo stehst du und was ist dein nächster Schritt, der dich weiter bringt?

Wir geben dir keine Reihenfolge der Kursbesuche vor. Du kannst frei wählen. Doch es gibt immer einen Schritt, der am meisten Sinn macht. Wenn du diesen Schritt nicht selbst sehen kannst, sind wir da, um dir zu helfen.

Im ersten Jahr ist es grundsätzlich sinnvoll, sich treiben zu lassen. Du besuchst möglichst viele Shiatsuraumkurse und erarbeitest dir die Grundlagen. Wenn du intensiver an dir arbeiten willst, kannst du auch schon früh im ersten Jahr in ein Campusmodul gehen.

Du lernst unser Vorgehen kennen, setzt dich mit unserem Kompetenzraster auseinander, arbeitest mit anderen Lernenden zusammen, erhältst Feedback von Lehrer*innen, Mitschüler*innen und Menschen, die du behandelst. So wirst du klarer und selbstbewusster in deinen Bedürfnissen und Entscheidungen. Du weißt, was dran ist und wie es weiter geht für dich.