



## 2-jährige Weiterbildung in prä- und perinataler Körpertherapie

**Erfahrung aus Schwangerschaft und Geburt als Quelle von Heilung  
Lösung und Integration von frühen Prägungen**

### **Kursleitung:**



**Gerda Heynen**  
Craniosacral-Therapeutin  
Pränatale Körpertherapie  
Systemische Prozessbegleitung  
+41 79 319 34 37  
[gerda.heynen@bluewin.ch](mailto:gerda.heynen@bluewin.ch)  
[www.gerdaheynen.ch](http://www.gerdaheynen.ch)



**Sonja Gretener**  
Craniosacral-Therapeutin  
Traumatherapeutin  
Systemische Prozessbegleitung  
+41 76 349 77 00  
[sonja.cranio@gmx.net](mailto:sonja.cranio@gmx.net)  
[www.tzunum.ch](http://www.tzunum.ch)



**Sonja Gretener**

Craniosacral-Therapeutin  
Trauma-Therapeutin  
Systemische Prozessbegleitung

+41 79 349 77 00  
sonja.cranio@gmx.net  
www.tzunum.ch



**Gerda Heynen**

Craniosacral-Therapeutin  
Pränatale Körpertherapie  
Systemische Prozessbegleitung

+41 79 319 34 37  
gerda.heyne@bluewin.ch  
www.gerdaheyne.ch

Wir freuen uns sehr, unseren ersten Zyklus der prä- und perinatalen Weiterbildung anzubieten!

### **Warum wir diese Weiterbildung anbieten:**

Wir sind beide schon lange Cranio-Therapeutinnen und sind unabhängig voneinander in die prä- und perinatale Körpertherapie eingetaucht. Kennengelernt haben wir uns in der Weiterbildung von Franz Renggli. Für uns war die pränatale Körpertherapie vor allem wichtig, um unsere eigene Geschichte zu integrieren. Gleichzeitig führten uns die Geschichten unserer Klientinnen und Klienten immer wieder an den Lebensanfang und der darin wohnenden Quelle der Heilung. Diese Arbeit liegt uns beiden sehr am Herzen.

Das Interesse an pränataler Körpertherapie nimmt laufend zu. Damit verbunden, verankert sich das Bewusstsein in unserer Gesellschaft, dass wir von aller Anfang an fühlende Wesen sind und alles wahrnehmen. Wir sind überzeugt, dass viele Probleme und Krisen auf dieser Welt ihren Ursprung in der prä- und perinatalen Zeit eines jeden Menschen haben.

### **Einflüsse und Orientierung:**

Die Weiterbildung basiert auf den Grundlagen von Franz Renggli, Peter A. Levine, Barbara Schlochow und anderen, sowie den Erfahrungen, die wir in den vielen Jahren der Selbständigkeit machen durften. Sie ist für alle Therapeuten und Therapeutinnen geeignet, die ihre Kompetenzen im pränatalen Feld erweitern und integrieren möchten.

Wir konzentrieren uns in unserer Weiterbildung auf das seelische und psychische Erleben von Schwangerschaft und Geburt sowie deren Auswirkungen auf unser Zellgedächtnis und unser Unterbewusstsein. Auch spirituelle Dimensionen erhalten Raum und Zeit. Biologie und Medizin sind ein Teil unserer Weiterbildung jedoch zweitrangig. Medizinische Vorkenntnisse sind von Vorteil aber keine zwingende Voraussetzung. Die ganze Weiterbildung ist ausgesprochen praxisbezogen.

### **Lernziele und Kompetenzen:**

- Den eigenen Körper als therapeutisches Werkzeug kennen und einsetzen können; damit verbunden ist, die Aufarbeitung der eigenen Geschichte.
- Die wichtigsten Stationen der prä- und perinatalen Zeit kennen und therapeutische Ansätze und Interventionsmöglichkeiten im pränatalen Feld einsetzen können.
- Die Wichtigkeit der Ressourcen, der Unterstützung und des Nachnährens kennen und einsetzen.
- Kommunikation und Gesprächsführung im pränatalen Feld – die Sprache des Körpers.
- Das Feld für mehr als eine Person halten können.



**Sonja Gretener**

Craniosacral-Therapeutin  
Trauma-Therapeutin  
Systemische Prozessbegleitung

+41 79 349 77 00  
sonja.cranio@gmx.net  
www.tzunum.ch



**Gerda Heynen**

Craniosacral-Therapeutin  
Pränatale Körpertherapie  
Systemische Prozessbegleitung

+41 79 319 34 37  
gerda.heynen@bluewin.ch  
www.gerdaheynen.ch

### **Voraussetzungen für die Teilnahme sind:**

- die Teilnahme an allen 4 Kursen.
- dass Du bereits Therapeutin/Therapeut bist.
- die Bereitschaft für Selbsterfahrung.
- mindestens ein Vorgespräch mit Sonja und/oder Gerda.

### **Beschreibung der einzelnen Kurse:**

#### **Kurs 1: Einführung ins Thema**

- Theoretische Einführung in die prä- und perinatale Körpertherapie. Wie wir im vorsprachlichen Raum arbeiten. Wie man sich erinnert. Was bringt die Arbeit in Gruppen? Was ist Körpersprache und was ist Kopfsprache.
- Trauma Arbeit nach Peter A. Levine; zwischen Ressourcen und Trauma pendeln.
- Die frühe Mutter-Kind-Beziehung (unter anderen von Franz Renggli).
- Selbsterfahrung: jede/jeder macht eine Reise in die eigene Schwangerschaft und Geburt.
- Arbeit nur in der grossen Gruppe.
- **Lernziele:**
  - Das pränatale Feld wahrnehmen und die pränatalen Themen bearbeiten
  - Dem eigenen Körper vertrauen – in Resonanz gehen mit dem Geschehen – der eigene Körper als therapeutisches Werkzeug
  - Die eigene Geschichte kennen und „integrieren“

#### **Kurs 2: Geburt**

- Theorie zur Geburt.
- Jedes Geburtserlebnis ist heilbar: Bonding und dessen Bedeutung.
- Selbsterfahrung: Der Geburtskanal und das emotionale Nachnähren nach der Geburt (Bonding) in der grossen Gruppe.
- Austausch in kleineren Gruppen.
- **Lernziele:**
  - Interventionen und Geburtsstadien kennen
  - Das emotionale Nachnähren anbieten können
  - Die eigene Geburt als Ressource erleben



**Sonja Gretener**

Craniosacral-Therapeutin  
Trauma-Therapeutin  
Systemische Prozessbegleitung

+41 79 349 77 00  
sonja.cranio@gmx.net  
www.tzunum.ch



**Gerda Heynen**

Craniosacral-Therapeutin  
Pränatale Körpertherapie  
Systemische Prozessbegleitung

+41 79 319 34 37  
gerda.heynen@bluewin.ch  
www.gerdaheynen.ch

### **Kurs 3: Schwangerschaft**

- Bonding in der Schwangerschaft - die frühe Beziehung der Eltern zum Baby.
- Das unterschiedliche Erleben der Schwangerschaft zwischen Eltern und Baby. Der Einfluss des pränatalen Erlebens auf das Seelenleben eines Babys. Wie geht es den Eltern in der Schwangerschaft? Die Beziehung zwischen Eltern und deren Umfeld. Die Reaktion der Eltern auf die Schwangerschaft. Alles wird vom Baby miterlebt, dabei nimmt es auch die unbewussten Anteile der Eltern und des Umfeldes wahr. Wie reagieren Babys auf die eventuell unverarbeiteten Verletzungen ihrer Eltern, z. B. vorheriger Verlust eines Babys.
- Epigenetik; das Feld der Ahnen und Ahninnen.
- Arbeit in Klein- und Grossgruppen.
- **Lernziele:**
  - Die wichtigsten Schwangerschaftsstadien kennen.
  - Beziehungsdynamiken erkennen und deren Einfluss auf das Baby
  - Die eigene Schwangerschaft kennen und integrieren

### **Kurs 4: Übergang und die ersten Tage der Schwangerschaft**

- Theorie zum Übergang aus der geistigen Welt und was in den ersten Tagen passiert. Die ersten Tage im Leben eines Menschen beeinflussen sein ganzes Leben. Die erste Lebenszeit ist wie ein Filter, der unsere spätere Wahrnehmung einfärbt. Wie sich der Embryo/Fötus zurechtfindet in der Materie – wir spüren alles vom ersten Moment an
- Die Art der Zeugung, bewusst, liebevoll, nicht geplant, Gesellschaft&Kultur
- Einnistung, Ambivalenz, der verlorene Zwilling.
- Mögliche Ansätze, wie und wann die Seele in den Körper kommt.
- Arbeit in Klein- und Grossgruppen.
- **Lernziele:**
  - Die Übergänge am Anfang des Lebens kennen
  - Themen wie Ambivalenz und Todesangst
  - Das klare Aussprechen der eigenen Wahrnehmung
  - Den eigenen Lebensanfang nacherleben

In jedem Kurs geben wir jeweils ein Skript ab. Auch wenn wir hier jeden Kurs als ein in sich abgeschlossenes Kapitel beschreiben, hängt alles miteinander und voneinander ab. Es ist also möglich, dass wir bereits im ersten Kurs über Themen des Übergangs sprechen und umgekehrt.

### **Kurs 5: Anleitung zur Leitung (fakultativ)**

Kurs 5 richtet sich an Therapeuten und Therapeutinnen, die selbst Seminare leiten möchten. Die Teilnahme ist freiwillig. Weitere Infos folgen später.



**Sonja Gretener**  
Craniosacral-Therapeutin  
Trauma-Therapeutin  
Systemische Prozessbegleitung  
  
+41 79 349 77 00  
sonja.cranio@gmx.net  
www.tzunum.ch



**Gerda Heynen**  
Craniosacral-Therapeutin  
Pränatale Körpertherapie  
Systemische Prozessbegleitung  
  
+41 79 319 34 37  
gerda.heynen@bluewin.ch  
www.gerdaheynen.ch

## Eckdaten der Grundausbildung: 4 Kurse à 5 Tage

### Termine:

Kurs 1)	Einführung in das Thema	21. – 26. März 2023
Kurs 2)	Geburt	12. – 17. September 2023
Kurs 3)	Schwangerschaft	12. – 17. März 2024
Kurs 4)	Übergang und erste Tage der Schwangerschaft	10. – 15. September 2024

jeweils ab Dienstagabend, 17.00 Uhr bis Sonntagnachmittag 15.00 Uhr

### Kosten:

pro Kurs: Fr. 950.- x 4 = Total CHF 3'800.-; Die Weiterbildung wird vom EMR und dem Verband CranioSuisse anerkannt. Weitere Verbände folgen allenfalls noch. Der Kurs ist für 10 Teilnehmende geplant. Bitte beachte weiter unten noch die zusätzlichen Kosten für Essen und Unterkunft.

**Wo:** im wunderschönen Seminarzentrum «Galleli» in Escholzmatt: [www.galleli.ch](http://www.galleli.ch)



- Kosten pro Person: Fr. 550.00 (5 Übernachtungen und Vollpension);
- Übernachtung im Mehrbettzimmer; Dusche/WC auf dem Gang
- In der Umgebung gibt es weitere Übernachtungsmöglichkeiten.

### Anmeldung:

Du kannst uns telefonisch oder per Mail kontaktieren wir besprechen oder senden Dir alle weiteren Informationen zu.

Eine gute Gelegenheit, um unsere Arbeit kennenzulernen ist der Besuch eines Seminars in Luzern, welches 2.5 bis 3 Tage dauert. **Termine 2023: 03. – 05. Feb 2023.** Weitere Informationen findest Du auf unseren Webseiten.