

-Vi kan løsne op for spændte muskler og anspændthed, fordi vi så effektivt kan sætte ind via kroppen og fortælle, hvad der foregår, siger Marcus Heller. Her er eleverne i gang.

går som en cowboy med skuldrene tilbage og brystkassen skudt frem, og så ser vi på baggrunden for den holdning og eleverne forstår via kroppen, hvordan spændingsmønstret er siger Marcus Heller.

Teknikker og arbejdsstillinger

De første tre måneder arbejder eleverne med det, Marcus Heller kalder værktøjskassen, hvor teknikker og arbejdsstillinger køres ind. Siden får de en kort intro til zoneterapi og går videre med meridiansystemet, energisystemet og krop-psyke-sammenhænge.

“ Det gennemgående er, at vi hele tiden viser hvordan, og det meste af undervisningen foregår ved briksene

siger Marcus Heller

-Vi giver korte oplæg, og de får udleveret et materiale, de skal læse. Udover at kigge på kroppens spændingsmønstre, arbejder de med at frigøre led, fingre, håndled, albue, tæer, ankler, skamben, øvre ryg og med kroppens forsvarsmønstre. F.eks. arbejder vi med, hvordan man kan gå videre, hvis klienten trækker sig i behandlingen. Vi mærker klienternes grænse, hvad vi kan gå videre med, hvordan deres forsvarsmønstre er, og hvordan vi kan bypasse de mønstre eller åbne. Det gennemgående er, at vi hele tiden viser hvordan, og det meste af undervisningen foregår ved briksene. 50 procent af tiden modtager de behandling, og 50 procent giver de, så de på egen krop kan lære, hvordan man gør, siger Marcus Heller.

Krop-psyke-sammenhæng

Intuition og indfølelse er to grundlæggende tilgange til behandlingen på Totum. F.eks. lærer eleverne at behandle med bind for øjnene eller at skifte sted med hænderne på kroppen hvert minut. Det gælder om at mærke og følge impulserne i klienten.



-Hvis jeg trykker på dit lår, spænder din skulder måske op, og så skal jeg arbejde der. Vi lærer eleverne teknikkerne i den dybdegående, pulserende massage, og det er grundlæggende det, som er helt forskelligt fra andre metoder.

-Pulserende massage er at følge kroppens rytme, når jeg holder på dit lår og skubber det, lægger jeg mærke til, hvor tungt det falder tilbage og følger den rytme. Det handler også meget om at bruge lymfesystemet og at åbne til brystet og lymfesystemet til benene. Hvis du kommer med en skadet albue eller forstuvet ankel, skal vi arbejde med lymfesystemet, så kroppen kan rense ud og få f.eks. en blodansamling til at forsvinde. Det kan sammenlignes med, at vandet skal løbe ned i en badeværelsesrist. Den kan den kun, hvis man fjerner skidtet først. Arbejdet med åndedrættet går også igen i hele uddannelsen.

Totum betyder helhed på latin - uddannelsen bygger på en helhedsorienteret tilgang.

Der undervises på dag- og aftenhold, ca. 385 lektioner. Mulighed for selvstudie-aftner med træning. Anatomi, fysiologi, sygdomslære tages andre steder.

Eleverne får individuel supervision 6 og 12 måneder efter, at de har afsluttet uddannelsen.

Man kan se korte videoklip om metode og undervisning og med elever, der udtaler sig på www.totum.dk

FDZ-zoneterapeut Izabella Sofie Winther fortalte om sit udbytte af uddannelsen i Zoneterapeuten i marts. Hun løser nogle administrative opgaver for Totum. FDZ-terapeut Tina Lykke og zoneterapeut Susette Flotmann går også på uddannelsen.

Næste info-møder holdes 1/9, 6/10 og 27/10. Nye hold begynder i september og november.