GEBURT UND HYPNOSE

als Unterstützung für jede Form von Geburt



***Mit Hypnose begleiten –***

***vor, während und nach der Geburt***

Die individuelle und realitätsbezogene Alter­na­tive   
zum klassischen HypnoBirthing.

*Die Fähigkeit zu gebären,   
ist eine Gabe der Natur an die Frau.  
Diese Gabe zu ent­decken und sich ihr hinzugeben,   
ist eine Sache der Rück­kehr zu sich selbst.*   
Susanne, Geburt und Hypnose

Ein Angebot für Hebammen, medizinisches Fachpersonal, Geburtsbegleiterinnen und TherapeutInnen, denen die individuelle Begleitung der Frau in jeder Geburtssituation ein Anliegen ist.

*Inhalt*

[*Geburt und Hypnose* 2](#_Toc50636934)

[*Was lässt sich mit Hypnose erreichen und welche Möglichkeiten bieten sich in der Beratung an?* 3](#_Toc50636935)

[*Seminare* 4](#_Toc50636936)

[*Anforderungen, Möglichkeiten und Aussichten* 5](#_Toc50636937)

[*Grundlagen Geburtshilfe* 6](#_Toc50636938)

[*Intensivseminar* 7](#_Toc50636939)

[*Seminar klinische Hypnose* 9](#_Toc50636940)

[*Supervision* 10](#_Toc50636941)

[*Workshops bei Ihnen vor Ort* 11](#_Toc50636942)

[*Dozentinnen*](#_Toc50636943) [12](#_Toc50636944)

[*Gesamtleitung und Seminarorganisation* 13](#_Toc50636952)

# *Geburt und Hypnose*

Mit Hypnose begleiten – vor, während und nach der Geburt.  
Für Hebammen, medizinisches Fachpersonal, Doula Geburtsbegleiterinnen, TherapeutInnen und Menschen, denen die individuelle Begleitung der Frau in jeder Geburtssituation ein Anliegen ist.

Unsere Seminare bereiten auf die spannende Arbeit mit Hypnose vor und vermitteln die Fähigkeit, Frauen einzeln und persönlich zu begleiten.  Selbstverständlich darf das Erlernte auch in die Arbeit als Kursleiterin für Gruppen integriert werden.  
 *Jede Geburt ist ein einzigartiges, von der Natur meist optimal inszeniertes Ereignis, das einen positiven Umgang verdient!*

Die Geburtshyp­nose unter­stützt nicht nur den natür­lichen Verlauf einer Geburt, sondern hilft der Gebärenden auch, bei sich selbst und ihrem Kind zu bleiben, sofern eine PDA oder eine Sectio (Kaiserschnitt) zum Einsatz kommen.

Als Teilnehmerin unserer Seminare erlernen Sie, Hypnose wertfrei und fallbezogen anzuwenden. Elemente der psychosozialen und körperzentrierten Beratung werden in den Seminaren ausführlich thematisiert. Es ist uns wichtig, dass die Absolventinnen der Weiterbildungen sich in ihrer Rolle als Beraterinnen sicher fühlen und arbeiten können.  Mit dem Schwerpunkt “persönliche Hypnose” stellt unsere Methode eine realitätsbezogene Alter­na­tive zum klassischen HypnoBirthing dar.

Wir sind überzeugt, mit unserem Konzept nicht nur eine optimale Vernetzung und Weiterbildung zu garantieren, sondern auch ein seriöses Bildungsangebot im Bereich Geburtshypnose geschaffen zu haben.

# 

# *Was lässt sich mit Hypnose erreichen und welche Möglichkeiten bieten sich in der Beratung an?*

Grundsätzlich lässt sich mit Hypnose viel erreichen. Die Ziele müssen jedoch realistisch sein.

Wir lehren in unserer Aus- und Weiterbildung ein umfassendes Spektrum der verschiedenen Techniken und Möglichkeiten in der Hypnosearbeit.

Nicht nur von Fall zu Fall, sondern auch von Sitzung zu Sitzung mit derselben Klientin, muss immer wieder neu entschieden werden, welche der Arbeitsweisen gerade zielführend ist.

Rund um die Geburt sind folgende Methoden von Bedeutung.

*Geburtshypnose*

Geburtshypnose verfolgt das Ziel möglichst viel Entspannung im Körper zu aktivieren, wenn sich die Geburt ankündigt. Die Erfahrung hat gezeigt, dass es nur wenig Zeit braucht, um den körpereigenen Zustand der Tiefenentspannung, also der Hypnose, gezielt freisetzen zu können.

In Einzelsitzungen wird mit individuellen Momenten und Erfahrungen der Klientinnen gearbeitet, in der bereits tiefste körperliche oder mentale Entspannung erfahren wurde. Die Ruhe der Harmonie zwischen Körper und Geist ist aus der Erinnerung bekannt und kann gezielt vertieft werden. Innere Ruhe und das Wissen ums Loslassen, ist in uns allen bereits angelegt.

Wir haben schon Frauen am Geburtstermin erstmals betreut. Sie konnten den hypnotischen Zustand problemlos abrufen und bei der Geburt ohne Anleitung anwenden.

Manchmal ist weniger mehr. Wochenlanges Üben mit vorgegebenen Szenarien, wie dies oft praktiziert wird, kann von Erstgebärenden nur schlecht, also tatsächlich gefühlt, erlebt werden. Eine Geburtserfahrung ist noch nicht vorhanden. Erfahrungen sind jedoch das, was Gefühle auslöst.

Durch eine persönliche und positive Erinnerung ist eine tiefe Entspannung jedoch möglich. Diese Erinnerung kann beliebig sein und braucht keinen direkten Bezug zur Geburt. Sei es ein vertrauter Ort, eine motivierende Tätigkeit, ein angenehmer Geruch, ein beruhigendes Geräusch oder eine angenehme Berührung – all dies kann innere Entspannung und Kraft gleichzeitig auslösen.

Aus erfahrener positiver Erinnerung entsteht die körperliche Umsetzung der Gefühle.

Bei Mehrgebärenden kann hingegen eine negative Geburtserfahrung triggern. Suggestionen die sich auf eine “wunderbar entspannte” Geburt beziehen wirken kontraproduktiv. Die Erfahrung hat die Frau etwas anderes gelehrt. Es entstehen Zweifel. Gerade hier ist es wichtig stimmige Suggestionen behutsam und gemeinsam zu erarbeiten.

*Geburtsverarbeitung*

Bei Frauen, die eine Erfahrung verarbeiten müssen oder sich momentan in einer schwierigen Situation befinden, macht eine frühe Konsultation Sinn. Hier ist eine Stabilisierung wertvoll. Die Stabilisierung ist ein sehr wichtiges Thema in der Ausbildung.

*Manchmal kommt es anders…*  
Keine Methode, sondern Frau, Körper, Kind und vieles mehr entscheiden über den Geburtsverlauf. Hypnose ist ein Werkzeug, welches Frauen ermöglicht, sich positiv auf das Wunder der Geburt einzustellen. Auch in schwierigen Situationen erweist sich Hypnose als effiziente Unterstützung. Die Frau lernt, die Geburt von einer positiven Seite zu erleben und/oder zu verarbeiten.

Auch im Wochenbett erweist sich Hypnose als wertvolles Werkzeug in vielerlei Hinsicht.

*Geburtsfremde Themen – klinische Hypnose*

Viele Themen lassen sich mit Hypnose effektiv bearbeiten. Hier stellt das Modul “klinische Hypnose” ein zusätzliches Weiterbildungsangebot dar, das eine rundum Begleitung gewährleistet.

## *Seminare*

Als einer der führenden Anbieter im Bereich Geburtshypnose verkörpert unsere Idee eine geburtsbezogene Methode, die sich den realen Umständen einer Geburt anpasst. Nicht „schmerzfrei“ ist die Devise, sondern ein realistischer Umgang mit dem Thema Geburt in all ihren Facetten.

Ziel ist es, Frauen zu unterstützen, ohne sie zu enttäuschen. Ganz unabhängig von der Art und Weise, wie das Kind geboren wird, und wie die Geburt verläuft.

**Unser Anspruch an uns selbst ist, Geburtshypnose fachgerecht und realitätsbezogen zu vermitteln.**

**Die Weiterbildung wird im Rahmen von Intensivseminaren durchgeführt. Die Erfahrung hat gezeigt, dass sich eine intensive Lernzeit und das Zusammenführen der einzelnen Module bewährt.**

Unsere Intensivseminare finden abwechslungsweise in Deutschland und der Schweiz statt.

*Was Sie erwarten dürfen:*

* Ein realistisches Konzept für jede Form von Geburt
* Dynamische und interaktive Didaktik
* Viele Übungseinheiten, bei denen sie selbst umsetzen, was bereits im Seminar vermittelt wurde
* Supervision der erfahrenen Dozentinnen
* Ausführliches Unterrichtsmaterial, Zertifikat und Fortbildungsbestätigung

Nach Erhalt des Zertifikates von Geburt und Hypnose, haben Sie die Möglichkeit, sich als [zertifizierte Anbieterin](https://geburtundhypnose.ch/weitere-angebote/) für Geburtshypnose auf unserer Homepage zu verlinken. Ihr Angebot rund um Geburt, Beratung und Therapie, wird dann gegen einen einmaligen Beitrag von CHF 100.00 zeitlich unbeschränkt aufgeschaltet.

**Geburtshypnose unterstützt den körpereigenen und hormonellen Vorgang während der Geburt, dient aber auch bei geplanter Sectio oder bei einer PDA als wertvolle Unterstützung.**

Der  [SHV](http://www.hebamme.ch/), Schweizerischer Hebammenverband, verschiedene Geburtshäuser, Spitäler und Hebammenpraxen sowie der Doula Verband Schweiz unterstützt unsere Methode der realitätsbezogenen Geburtsvorbereitung. Mitglieder des SHV können sich direkt über *elog* anmelden und erhalten einen reduzierten Preis. Wenn Sie sich über uns anmelden, teilen sie uns bitte mit, dass sie SHV Mitglied sind.

Unsere Seminare zählen beim EMR als Weiterbildung. Eine persönliche Abklärung empfiehlt sich aber dennoch.

## *Anforderungen, Möglichkeiten und Aussichten*

**Der Besuch unserer Seminare ermöglicht Ihnen eine breite Tätigkeit im Bereich Geburtshypnose.**

Ihre beruflichen und persönlichen Erfahrungen werden berücksichtigt. Sollten Sie also der Meinung sein, mehr oder weniger Unterrichtseinheiten zu benötigen, wenden sie sich bitte telefonisch an uns. Wir nehmen uns gerne die Zeit für eine persönliche Beratung.

**Voraussetzung** für die Teilnahme am Intensivseminar sind fundierte, dem heutigen Stand entsprechende Kenntnisse in der Geburtshilfe oder die Teilnahme an unserem Seminar „Grundlagen Geburtshilfe“.

Wir behalten uns vor, Ihre bereits absolvierten Weiterbildungen und deren vermittelten Inhalte zu prüfen, um dann objektiv und gemeinsam mit Ihnen zu entscheiden, inwiefern diese unserer Idee von Beratungskompetenz sowie der Philosophie von Geburt und Hypnose entsprechen.

## *Grundlagen Geburtshilfe*

Sollten Sie nicht über das für unser Seminar nötige Grundwissen der Geburtshilfe verfügen, senden wir Ihnen ein Skript zum Selbststudium zu. Die Unterlagen vermitteln Ihnen, die für die Geburtshypnose nötigen Bausteine der Geburtshilfe, erweitert Ihr Wissen über medizinische und natürliche Interventionen und Untersuchungen während Schwangerschaft und Geburt und informiert über den neusten Stand im Bereich Geburtshilfe. Somit sind sie startklar für das Intensivseminar.

#### Inhalte Skript

* Grundlagen Geburtshilfe – neuster Stand
* Empfängnis natürlich, IVF, ICSI
* Pränatale Diagnostik
* Interventionen
* Wissen rund um die Schwangerschaft
* Wissen rund um die Geburt
* Ein für die Geburtsvorbereitung realistisches Konzept.

## 

## *Intensivseminar*

**Unsere Intensivseminare sind vielseitig und kompakt gestaltet. Sie erleben wie sich die einzelnen Module des Intensivseminars zusammenfügen.**

**Die Arbeitsweise ist dynamisch und interaktiv. In Übungseinheiten erhalten Sie genügend Gelegenheit, das Erlernte umzusetzen und werden dabei von unseren Dozentinnen begleitet und angeleitet**

*Seminarinhalte*

#### Grundlagen Hypnose

* *Methoden*
* *Anwendungen*
* *Selbsthypnose*
* *Selbsterfahrung*
* *Individuelle Suggestionen und persönliche Beratung in der Geburtshypnose*

#### Geburtshypnose Basic

* *Erläuterungen zur Arbeit nach dem G+H Konzept*
* *Selbsthypnose und Hypnosetechniken*
* *Individuelles und persönliches Arbeiten mit Geburtshypnose*
* *Wertfreie Unterstützung der Frau vor, während und nach der Geburt*
* *Hypnose bei PDA und Sectio*
* *Gestaltung von Einzelsitzungen und Kursen*

#### Geburtshypnose Advanced

* *Vertiefung Hypnosetechnik*
* *Stabilisierende Verfahren bei belastender Vorgeschichte*
* *Vorbereitung auf spezielle Geburtssituationen*
* *Individuelle Unterstützung der Frau vor, während und nach schwierigen Geburten*
* *Psychosoziale Aspekte*
* *Selbstreflektion und Werte*

#### Hypnose im Wochenbett

* *Hypnose rund ums Wochenbett und die Veränderungen durch die Geburt*
* *Stabilisierende Verfahren nach schwierigen Geburtserfahrungen*
* *Unterstützung beim Stillen*
* *Bonding nachholen*
* *Zugang zum eigenen Körper*
* *Frau entdeckt sich neu*
* *Sexualität und Partnerschaft*
* *Soziales Umfeld*

#### Systemische Eigenreflektion

Durch Eigenreflektion sensibilisieren Sie sich in der Beratung. Unsere eigenen Ressourcen, Defizite, Werte und Normen zu erkennen, ermöglicht eine professionelle Beratung ohne Übertragungen. Wir arbeiten systemisch und bedienen uns dabei den 9 Archetypen der Frau.

* *Eigenreflektion*
* *Systemische Arbeit*
* *Aspekte der psychologischen Beratung*
* *Aspekte der humanistischen Psychologie*
* Praktisches Arbeiten

#### Daten, weitere Informationen und Seminarpreise

*Besuchen Sie unsere Webseite* [*www.geburtundhypnose.ch*](http://www.geburtundhypnose.ch) *für nähere Informationen*

# 

# *Seminar klinische Hypnose*

Wer sich für auflösende Arbeit mit KlientInnen mittels klinischer Hypnose interessiert, vertieft in diesem Seminar seine bereits erworbenen Kenntnisse in der Beratung und lernt die Hypnose auch hypnotherapeutisch anzuwenden.  Ziel der klinischen Hypnose ist es, mittels hypnotischer Regressionsarbeit Themen zu bearbeiten und Muster aufzulösen, welche sich auf das Verhalten und das Leben der KlientInnen negativ und störend auswirken.

Es geht darum alte Muster zu erkennen und diese aufzulösen. Nicht nur im Bereich der Geburt sondern auf verschiedensten Ebenen.

Das Absolvieren unserer Intensivseminare und der Zusatzausbildung “klinische Hypnose”  bei Geburt und Hypnose, befähigt Sie Hypnosetherapie im Allgemeinen anzubieten und wird vom [Verband Schweizer Hypnosetherapeuten VSH](https://verband-schweizer-hypnosetherapeuten.ch/) anerkannt.

* *Klinische Hypnose*
* *Systemische Hypnose*
* *Arbeit mit KlientInnen in Hypnose*
* *Muster erkennen und auflösen*
* *Regression*
* *Interventionen*
* *Arbeitstechnik*
* *Analyse*

#### Daten, weitere Informationen und Seminarpreise

*Besuchen Sie unsere Webseite* [*www.geburtundhypnose.ch*](http://www.geburtundhypnose.ch) *für nähere Informationen*

# *Supervision*

Supervision ist entscheidender Bestandteil seriöser Arbeit mit KlientInnen im jeweiligen Fachgebiet.  
In unseren online Supervisionsgruppen besprechen und behandeln wir eure Fallbeispiele und verbessern somit die Beratungskompetenz.

Weiter besteht die Möglichkeit auch sehr kurzfristig Supervision in Anspruch zu nehmen. Nach Möglichkeit sind wir noch am selben Tag für Sie da. Für eine Terminvereinbarung kontaktieren Sie uns bitte über +41 44 940 00 11 oder per Mail.

*Zeit und Kosten*

***Supervisionsgruppe online***  
2h Supervision wird ein Pauschalpreis von CHF 50.00 verrechnet.

***Supervision einzeln telefonisch***15 min – kostenlos, danach wird jede angefangene halbe Stunde mit CHF 50.00 verrechnet.  
***Daten und Zeiten****nach Vereinbarung*

# *Workshops bei Ihnen vor Ort*

Workshops zum Thema Geburtshypnose, direkt bei Ihnen vor Ort, ermöglichen einen Einblick in die Arbeitsweise von GEBURT UND HYPNOSE.   
Die Workshops konzentrieren sich darauf, Ihrem Team die Einsatzmöglichkeiten von Hypnose vor, während und nach der Geburt näher zu bringen.

Die Inhalte und Schwerpunkte des Workshops werden wir mit ihnen besprechen und einen auf Team und Bedürfnisse zugeschnittenen Arbeits- und Lerntag vorbereiten.

Feste Bestandteile stellen folgende Lerninhalte dar:

* *Einführung und Erläuterungen der Geburtshypnose*
* *Hypnose durchführen und erleben*
* *Zusammenhänge zwischen Geburt und Hypnose*
* *Unterschiede zu HypnoBirthing*
* *Praktische Übungsbeispiele*
* *Raum für Fragen und Antworten*

*Zeit und Kosten*

* *Die Dauer des Workshops kann durch Sie frei gewählt werden. Wir besprechen mit Ihnen wieviel Inhalt wir, in dem von Ihnen gewünschten Zeitraum, vermitteln können.*
* *Stundentarif Dozentin CHF 180.00 plus Anreisespesen*.

# *Ihre Ansprechpartnerinnen*

*Fragen zu Seminarinhalten und Konzept*

# https://geburtundhypnose.ch/wordpress/wp-content/uploads/2015/04/DSC_9006-b-blauneu-530x354.jpg Susanne Keller

[Dozentin](https://geburtundhypnose.ch/tag/dozentin/) Intensivseminare  
Gesamtleitung Geburt und Hypnose  
[info@geburtundhypnose.ch](mailto:info@geburtundhypnose.ch)  
Tel +41 44 940 00 11

*Fragen zur Seminarorganisation, Buchungen etc.*

# Rosalyn Nörz

Seminarorganisation und Gesamtleitung Deutschland  
[rosalyn.noerz@geburtundhypnose.ch](mailto:rosalyn.noerz@geburtundhypnose.ch)

Tel +41 44 940 00 11