HypnoBirthing

SCHWEIZ

# Kursleiterinnen-Ausbildung Geburtsvorbereitung mit Hypnose und HypnoBirthing 2026/2027




HypnoBirthing & Geburtsvorbereitung Schweiz
Hornbachstrasse 50 · CH-8008 Zürich · T: +41 44 389 84 08
E: praxis@hypnobirthing-schweiz.ch · www.hypnobirthing-schweiz.ch

HypnoBirthing
SCHWEIZ

# Herzlich Willkommen!

Du möchtest gerne HypnoBirthing-Kursleiterin werden? Oder du interessiert Dich ganz einfach für das Thema? Dann bist du hier richtig!

## Ziel

Das Ziel der Ausbildung ist es, nach Abschluss eigenständig und professionell Geburtsvorbereitungskurse mit Hypnose und HypnoBirthing durchführen zu können.

Der Workshop richtet sich an Hebammen, Fachpersonen aus der Geburtshilfe, Doulas, Therapeuten, Hypnosetherapeuten und alle interessierten Personen, welche Frauen und Paare auf die Geburt vorbereiten möchten.

## Voraussetzungen

- Interesse mit Menschen zu arbeiten
- Einfühlungsvermögen & kommunikative Fähigkeiten
- Abgeschlossene Berufsausbildung

## Leistungen

- Modul Hypnose: 2 Tage
- Modul Medizinisches Basiswissen Geburt: 1 Tag
- Zertifizierungsmodul Geburtshypnose: 2.5 Tage
- Sämtliches Kursmaterial
    - Detailliertes Kursprogramm, so dass du sofort startbereit bist
    - Skripte
    - Kursbooklet
    - Stillbroschüre
- Zertifikat
- Nutzung des Qualitätslabels (für deine Website, dein Marketing etc.)
- Kaffee, Tee, Mineralwasser und Snacks in den Pausen
- Zugang zu unserer geschlossenen VIP Kursleiter-Gruppe, in welcher Fragen gestellt, Erfahrungen und Material ausgetauscht werden können
- Zugang zu internem Downloadbereich
- Exklusiv: kostenlose Wiederholung von Modulen, falls der Kurs nicht ausgebucht ist
- ausgeschlossen aus den obigen Leistungen sind: Übernachtungen und Mittagessen

HypnoBirthing
SCHWEIZ

## Dozentinnen

Nadine Ballmer, zertifizierte Hypnose-Instruktorin, Hypnosetherapeutin NGH, Mentaltrainerin, Gründerin und Leitung von HypnoBirthing Schweiz seit 2008

Regula Eiermann, dipl. Hebamme mit über 20-jähriger Erfahrung, eigene Praxis für Schwangerschaftskontrollen, Wochenbettbetreuung mit Weiterbildungen in Akupunktur, Phytotherapie und Taping

## Investition

- Modul Hypnose: CHF 580.-
- Modul Medizinisches Basiswissen Geburt: CHF 230.-
- Modul Geburtshypnose inkl. Zertifizierung: CHF 980.-

## Daten

- Modul Hypnose: 29./30. August 2026- *AUSGEBUCHT*
  ODER
  30./31. Januar 2027
- Modul Medizinisches Basiswissen Geburt: 7. März 2027
- Modul Geburtshypnose: 6.-8. November 2026 – *AUSGEBUCHT*
  ODER
  9.-11. April 2027

  (Fr 17-19.30h, Sa/So 9.30-17.30h)

Die Module können vom Ablauf her frei wählbar absolviert werden, d.h. sie sind nicht aufbauend. Falls du in einem der Module bereits Vorwissen mitbringst, teile dies uns bitte bei der Anmeldung mit, dann kann Dir das Modul erlassen werden (bspw. Erlass medizinisches Modul für Hebammen, Hypnosemodul für Hypnosetherapeuten).

HypnoBirthing
SCHWEIZ

## Kursort

Die Kurse finden in einem unserer Kurslokale in Zürich statt.

**Aktuell:** Bis auf weiteres und aufgrund häufiger Nachfrage können alle unsere Module auch über unser Online-Klassenzimmer besucht werden.

**Wichtig: Bei uns verpflichtet man sich weder zu einer Mitgliedschaft noch entstehen Folgekosten durch Mitgliederbeiträge.**

## Anerkennung

Die Ausbildung ist E-Log-zertifiziert und durch den Schweizerischen Hebammenverband (SHV) anerkannt (28 E-Log-Punkte).

## Qualitätslabel

Exklusive Nutzung unseres Qualitätslabels nach Abschluss der Ausbildung.

HypnoBirthing
SCHWEIZ

# Programm Modul Geburtshypnose

1. Einführung & Vorstellungsrunde

2. Philosophie der angstfreien Geburt

3. Faktoren Angst und Schmerz bei der Geburt

4. Kursorganisation
   4.1. Wie organisiere ich einen Kurs?
   4.2. Welche Arten von Kursen gibt es?
   4.3. Krankenkassenanerkennung

5. Der Geburtsvorbereitungskurs von A-Z – Wir gehen den ganzen Kurs im Detail durch

6. Themen rund um die Geburtsvorbereitung
   6.1. Akupunktur zur Geburtsvorbereitung
   6.2. Vorbereitung auf Kaiserschnitt / OP
   6.3. Drehung einer Steisslage
   6.4. Geburtstrauma bearbeiten
   6.5. Zwillingsgeburten

7. Produkte zum Kurs
   7.1. Literaturempfehlungen
   7.2. CDs
   7.3. Unterstützende Produkte

8. Handhabung der Skripte

9. Fragen, Feedback & Zertifikate

HypnoBirthing
SCHWEIZ

# Programm Modul Hypnose

1. Einführung & Vorstellungsrunde inkl. Hypnoseübung

2. Theorie Hypnose
    a. Was ist Hypnose?
    b. Wie läuft eine Hypnosesitzung ab?
    c. In welchen Bereichen kann Hypnose eingesetzt werden?
    d. Wie erklären wir es den Klienten?
    e. Hypnoseanzeichen
    f. Hypnosetiefen
    g. Was kann Hypnose bewirken?
    h. Wo sind die Grenzen der Hypnose?
    i. Wachhypnose
    j. Unterschied Hypnose & Hypnosetherapie
    k. Kritische Fragen beantworten können

3. Praktische Übungen
    a. Hypnoseanleitung Basis
    b. Safe Place Technik
    c. Selbsthypnose erlernen & anleiten können
    d. Arbeit mit Suggestionen & positiven Sätzen
    e. Suggestibilitätstests & Convincer
    f. Dave Elman Induktion
    g. Weitere Induktionstechniken

HypnoBirthing
SCHWEIZ

# Programm Modul medizinisches Basiswissen

1. Anatomie der weiblichen Fortpflanzungsorgane

2. Die Schwangerschaft – was passiert in den verschiedenen Phasen?
   2.1. Erstes Trimester
   2.2. Zweites Trimester
   2.3. Drittes Trimester

3. Der Geburtsablauf
   3.1. Anatomie des Beckens
   3.2. Die verschiedenen Phasen der Geburt
   3.3. Mögliche Komplikationen
   3.4. Geburtspositionen

4. Stillen & Wochenbett

HypnoBirthing
SCHWEIZ

# Feedbacks von unseren Absolventen

‚Endlich einmal ein HypnoBirthing-Kurs der professionell und auf fundiertem Wissen in die heutige Zeit umgesetzt ist, von einer Hypnotherapeutin mit viel Erfahrung. Nadine arbeitet realistisch und auf das Wohl jeder einzelnen Frau bezogen. Das Kurskonzept ist auf das Wesentliche perfekt ausgearbeitet und eine grosse Erleichterung für den Berufsalltag. Liebe Nadine, lieben Dank für die spannende Weiterbildung, ich bin begeistert!'

*Loraine Reiner, Hebamme & HypnoBirthing Kursleiterin*

‚Der Kurs war sehr gut strukturiert und hat Lust auf mehr gemacht! Der Kursinhalt wie auch die Unterlagen vermitteln einen macht einen sehr seriösen und professionellen Eindruck. Dies liegt aber natürlich auch sehr an der Kursleitung.'

*Dominique Hochuli, Leitende Hebamme Triemli Spital*



‚Ein wunderbar geleiteter Kurs durch Nadine, mit sehr viel Einfühlungsvermögen und gleichzeitig grosser Kompetenz. Ausführliche Unterlagen. Eine ganz tolle Gruppe mit Frauen aus verschiedenen Schweizer Regionen. Ich freue mich darauf, das Erlernte umzusetzen – herzlichen Dank Nadine!'

*Iris Brüderli, Hypnotherapeutin mit eigener Praxis im Tessin*

‚Für mich war der Kurs als Auffrischung gedacht und bin mit so viel neu Gelerntem heimgekehrt. Die 2 Tage waren sehr lehrreich und der Austausch mit den anderen Teilnehmenden sehr interessant. Nadine ist ein erfrischender Coach und hat den Kurs sehr kurzweilig, locker und verständlich gestaltet. Kurz gesagt, es war super und ich kann diese Weiterbildung nur weiter empfehlen :-)'

*Martina Gassmann, HypnoBirthing Kursleiterin - Ehrendingen*

‚Ich habe sehr profitiert vom Geburtshypnose-Workshop. Ich freue mich darauf, diese wertvollen und gezielten Methoden von nun an im Gebärsaal anwenden zu dürfen. Die spezielle Art zu therapieren wie auch zu entspannen hat mich überzeugt. Die Methoden kann ich auch gut in mein tägliches Leben integrieren'

*Doris Schlegel, Hebamme – Zürich*



‚Professionell, übersichtliche Ausbildung, sie dauert nicht zu lange und hat massgeschneiderte Informationen zum weitergeben. Ich freue mich nun meinen eigenen Kurs anzubieten und werde einzelne Elemente auch ins Schwangerschafts-Yoga einbauen ☺.'

*Nelly Archer Vetterli, Yogalehrerin, Uster*

‚Danke für den tollen Kurs. Es war wieder ein Vergnügen, Dich als Kursleiterin zu haben. Du hast Dein breites Fachwissen sehr kompetent und abwechslungsreich vermittelt. Ich habe viele neue Inputs erhalten wie eine Geburt auch sein kann: ohne Angst, mit viel Vertrauen und sogar mit grosser Freude, dass man diesen besonderen Augenblick erleben darf. Man spürt, dass du jeder Frau helfen möchtest, eine tolle und entspannte Geburt zu erleben.'

*Ute Wahrenberger, Coach für Kinderwunsch und Geburtsvorbereitung - Zürich*



‚Der Kurs war für mich sehr beeindruckend. Mit einfachen Mitteln, sehr schnell zum Ziel. Gut fand ich die vielen praktischen Übungen, da ich so sicherer wurde. Danke ☺'

*Ines Voigtländer, Hebamme, Deutschland*

‚Ein gut aufgebauter, aber doch intuitiver Kurs. Nadine führt super durch den Kurs und lässt die Teilnehmer von ihrer Erfahrung profitieren. Ebenso eine tolle Klasse! Ich konnte viele Ideen, Anregungen übernehmen. Ich fühle mich nun imstande HypnoBirthing-Kurse durchzuführen. Es gab neben dem fachlichen auch viele Inputs, die mir in meiner täglichen Arbeit als Hypnosetherapeutin helfen. Meine Erwartungen wurden vollumfänglich erfüllt... Kursleitung, Unterlagen, Lokalität ☺☺☺ Ich kann den Kurs nur weiterempfehlen.'

*Claudia Dübendorfer, Hypnosetherapeutin - Buchs*

‚Mit Begeisterung blicke ich auf die Kursleiter-Ausbildung zurück. Es war für mich sehr spannend, tiefer in diese Materie einzutauchen, kannte ich das Thema Geburt doch von meinem Medizinstudium aus einem ganz anderen Blickwinkel. Mich fasziniert es, wie wenig es im Grunde genommen braucht, um ein ganz anderes Geburtserlebnis zu erreichen. Und ich freue mich sehr auf die Arbeit mit den Paaren um ihnen diese wunderbare Möglichkeit weitergeben zu können.'

*Mariann Frank, Kursleiterin - Zürich*



Liebe Nadine, ich habe heute meinen ersten Kurs abgeschlossen und die Paare freuen sich auf ihre Geburt. Ist das nicht schön!!! Unglaublich was für positive Energie so frei gesetzt wird und wie schön es in der Feedbackrunde ist, zu hören, dass die Paare verstanden haben um was es geht! Danke dir für die Erfahrung mit HypnoBirthing geboren zu haben und als Kursleiterin dieses Geschenk weitergeben zu können! Alles Liebe

*Vanessa Roperti, Kindergärtnerin & Kursleiterin - Vaduz*

‚Perfekt vorbereitet, sehr gutes Arbeitsmaterial, sehr hohe Kompetenz! – ein SUPER KURS, vielen Dank!'

*Petra Frese, Hypnosetherapeutin - USA*

‚Das Kursprogramm war sehr gut strukturiert. Ich traue mir mit dem Erlernten zu, einen Kurs zu leiten. Einiges lässt sich zudem bereits im Alltag sowie Arbeitsalltag integrieren. Super Kurs, herzlichen Dank!'

*Michèle Burkhard, Hebamme - Zürich*

‚Dies ist ‚State of the art', wenn es um die Ausbildung im Bereich Geburtshypnose und HypnoBirthing geht. Ich fühle mich nun in der Lage Geburtsvorbereitung anzubieten und durchzuführen; das war mein Ziel. Was will ich mehr? ☺'

*Stephanie Waller, Coach & Trainer - Rotkreuz*



‚Ich hatte zuerst Bedenken, dass es zu viele Teilnehmer gibt, doch diese waren völlig unbegründet ;). Der gesamte Kurs ist 1:1 aufgeschrieben, das ist super, denn man kann gleich starten! Ich habe selber bei mir festgestellt, wie die Bilder von schmerzhaften Geburten verblassen ☺ Den Kurs kann ich nur allen weiterempfehlen. Die Kursgrösse ist super, man lernt viel und ist direkt zum Starten bereit.'

*Fabia Zermin, Hypnosetherapeutin, Zürich*

‚Ich habe mich von Anfang an sehr herzlich begrüsst und aufgehoben gefühlt. Der Unterreicht war sehr realitätsnah, kompetent, herzlich, fachlich korrekt & professionell ☺ Ich habe die Ehrlichkeit und den Realitätsbezug deines Programms sehr geschätzt. Ganz im Gegensatz zum Buch und anderen HypnoBirthing Programmen. Du bist eine tolle Dozentin.'

*Rahel Andres, Hebamme – St Gallen*

‚Alle drei Teile waren lehrreich, informativ, erfrischend und spannend ☺. Meine Erwartungen wurden vollumfänglich erfüllt, wenn nicht sogar darüber hinaus. Chapeau! Es war super.'

*Viviane Huber, Kursleiterin & Mentaltrainerin - Zürich*



‚Der Kurs mit Dir Nadine war für mich wunderbar strukturiert, aufschlussreich und spannend. Genau so hab ich es mir vorgestellt. Du hast eine erfrischende und herzlich interessante Art alles zu erklären. Meine Erwartungen wurden vollumfänglich erfüllt. Ein Kurs der mich zufrieden und glücklich nach Hause gehen lässt!'

*Fleurie Schönbächler, Hypnotherapeutin für medizinische Hypnose - Zentralschweiz*

‚Ich habe nun viel Hintergrundwissen und wirklich umfangreiche Informationen. Man bekommt viele Tools, auch für die persönliche Weiterentwicklung.'

*Daniela Agustoni, Yogalehrerin - Luzern*



‚Liebe Nadine, Danke für die Informationen und noch einmal ein grosses Danke für den tollen Kurs. Inhaltlich war er ohnehin toll, aber ich persönlich mag es zusätzlich noch super gerne, wenn die Kursleitung relativ viel fordert. Und das hast du gemacht, in dem es spannend war und man ordentlich am Ball bleiben musste :) Danke dafür, ich konnte wirklich sehr viel profitieren.'

*Nadja Rippmann, Doula & Yogalehrerin, Zürich*

‚Von Anfang bis Schluss sehr spannend und kurzweilig. Die Kursunterlagen sind sehr gut und in der Praxis einsetzbar. Ich bin völlig begeistert vom ganzen Kurs und Nadine's super Art! ☺'

*Nadia Bösch, Kursleiterin – Winterthur*

‚Nadine hat viele Beispiele gebracht, die zum Thema passen. So kann man sich das alles besser Vorstellen. Ich gehe gestärkt und voller guter Ideen aus dem Kurs um es an die Frau zu bringen ☺'

*Jenny Meyer, Pflegefachfrau Wochenbett – Solothurn*

‚Ich konnte mich im Mentaltraining vertiefen und habe nun ein fundiertes Wissen. Mir ist die Wichtigkeit der Kommunikation als Hebamme noch bewusster geworden, und ich werde dies umsetzen. Durch den Kurs habe ich gelernt, bewusst zu kommunizieren und eine angstfreie und stärkende Zone für Schwangere und Gebärende zu schaffen. Als Hebamme kann ich nun die mentale Geburtsvorbereitung als Toolbox für Paare und Familien mitgeben.'

*Nilar Welker, Hebamme*



‚Sehr guter Aufbau und immer Zeit für Fragen. Ich konnte vom Kurs viel mitnehmen und das Verständnis ist nun da für die Umsetzung vom HypnoBirthing-Kurs.'

*Angela Schwarz, Hebamme - Ostschweiz*

‚Spannend, fundiert und logisch erklärt. Die Kursleitung hat viel Erfahrung und gibt diese weiter. Danke!'

*Anja Koller, TCM-Therapeutin und Akupunkteurin – St. Gallen*

‚Besonders gut gefallen haben mir die authentische und natürliche Art der Kursleiterin Nadine und ihr riesiger Erfahrungsschatz. Die Unterlagen sind sehr detailliert und fertig vorbereitet, so dass man sie nur noch durch eigene individuelle Ideen ergänzen kann. Ich freue mich schon enorm auf meinen ersten HypnoBirthing-Kurs und fühle mich gut vorbereitet.'

*Rita Niedermann, Therapeutin*



‚Ich habe handfeste Techniken für Schwangerschafts- und Geburtsbegleitung gelernt und finde es toll, dass wir die Inhalte ganz unabhängig in unsere Kurse einbringen können und an nichts gebunden sind. HypnoBirthing sollte für jede schwangere Frau selbstverständlich werden dürfen.'

*Karin Schwitter, Schwangerschafts-/Geburtsbegleitung, Winden TG*

‚All meine Erwartungen wurden erfüllt, teils übertroffen. Ein HypnoBirthing-Kurs ist für die Schwangerschaft, die Geburt und für danach mit dem Kind ein Gewinn. Die Übungen und Erfahrungen können die Eltern immer wieder verwenden. Ich habe nun auch die Erkenntnis, dass HypnoBirthing auch bei Kaiserschnitt und Zwillingsgeburten eingesetzt werden kann.'

*Anabela Fürer, Kursleiterin HypnoBirthing St. Gallen*

‚Ich konnte mir am Anfang nicht vorstellen, dass ich direkt Kurse leiten kann. Doch das ist möglich! Ich habe danach gleich mit ersten Kursen gestartet. Meine Erwartungen wurden mehr als erfüllt: Der Kurs ist einfach super kompakt und vermittelt den Inhalt effizient.'

*Sabina Hostettler Fleischer, Familienfrau, Volketswil*

‚Ich wurde darin bestätigt, dass ich auf dem richtigen, professionellen Weg bin. Das schriftliche Programm ist Gold wert und die Übungen sind wirklich gezielt auf die Geburt abgestimmt. Ich freue mich darauf, ein solch wertvolles Tool weiterzugeben.'

*Sandy Kaufmann, Marketingfachfrau, Bonstetten*

‚Der Kurs war sehr spannend, verständlich und professionell. Was mir besonders gefallen hat ist, dass der Inhalt nicht zu engstirnig vermittelt wurde, sondern man danach frei arbeiten kann. DANKE.'

*Stella Klotz, Drogistin, Lengnau*



‚Liebe Nadine, mit viel Hingabe und Detail leitest du deine Kurse, gehst auf alles ein und informierst professionell, offen sympathisch und wertfrei. Alles was man zur Kursleitung benötigt, habe ich erhalten. Schon nur die Grundlagen der Hypnose befähigen mich zu sehr vielem. Ich kann den Kurs unbedingt weiterempfehlen.'

*Claudia Mastoras, Kursleiterin für mentale Geburtsvorbereitung, Baden*

‚Ich hatte zuerst Bedenken den Kurs zu machen, weil ich selbst nicht Hebamme bin. Wir haben dann aber alles so schnell gelernt und ich habe gemerkt, dass man mit Hypnose viel Gutes erreichen kann. Egal mit welchem Hintergrund man kommt, man kann nur profitieren.'

*Karin Ehrismann, Pflegefachfrau, Horgen*

‚Besonders gut fand ich das Modell zur Erklärung der Hypnose, praxisnah und anwendbar. Ich bin nun noch entschlossener und freudiger auf die HypnoBirthing Anwendung ☺.'

*Maja Albert, Psychologin und Hypnosetherapeutin, Gräslikon*

‚Ich bin extrem fasziniert von HypnoBirthing! Ich habe neben meinem Hebammenwissen gelernt, auch die Hypnose zu integrieren und deren theoretischer Hintergrund verstanden. Jeder Hebamme sollte das Thema bekannt sein und es wäre schön, wenn es Kurse für Fachpersonen gäbe.'

*Rahel Andres, Hebamme, St. Gallen*



‚Eine tolle Frauenrunde, guter Aufbau der Module, Gelegenheit zum üben, einfach verständliches Skript, angenehme Gruppengrösse und schöne Lokalität. Zudem stimmt das Preis-Leistungsverhältnis. Ihr seid herzlich ehrlich und sehr fachkompetent. Danke!'

*Nicole Kälin, Trageberaterin und artgerecht Coach, Einsiedeln*

‚Ich empfehle den Kurs vor allem auch anderen Hebammen, um - auch ohne grosse Hypnosefähigkeiten – mit den Techniken einer HypnoBirthing-Frau an der ‚Front' weiterhelfen zu können.'

*D.J, Hebamme, Frauenfeld*



‚Der Kurs ist komplett und umfangreich. Ich war etwas skeptisch gegenüber der Hypnose, doch jetzt sehe ich, welch ein wertvolles Werkzeug dies ist – auch für den Alltag. Ich habe eine neue Welt entdeckt und kann nun Familien noch besser bei der Geburt begleiten.'

*Ximena Silva, Doula und Stillberaterin, Zürich*

‚Ich verstehe jetzt, was Hypnose wirklich ist und wie man sie während der Geburt einsetzen kann. Meine Erwartungen sind voll und ganz erfüllt – ein kurzer und knackiger Kurs mit kompetenter Kursleitung!'

*Beatrice Glatz, Hebamme, Bern*

‚Viel Wissen in kurzer Zeit, viele tolle Inputs und Übungen. Es muss noch viel mehr Kursleiterinnen geben, der Bedarf ist riesig.'

*Nadja Winter, Schwimmschul-Leiterin für Kinder, Glarus*

Da ich die anderen Kurse auch schon bei dir gemacht hatte, wusste ich wie professionell du arbeitest und wie viel ich von dir lernen oder vertiefen kann. Da deine Gruppen nicht zu gross sind hat es auch viel Platz für Fragen oder das gemeinsame Üben der Techniken. Dies schätzte ich sehr. Ich spürte wie viel Herz in deiner Arbeit steckt, und wie wichtig dir die Begleitung der werdenden Eltern ist. Deine herzliche und sympathische Art rundete das ganze noch ab. Vielen Dank für die tollen und lehrreichen Kurstage, ich kann sie wärmstens weiterempfehlen.

*Amanda Frey, MPA Kinderwunsch, Baden*