

4



NEU

# Mentaltechniken für die Geburtsvorbereitung weitergeben


Grundkurs mit Herz, Verstand und fertiger Kursvorlage

## Lernziele

In diesem E-Learning erhalten Sie einen praxisorientierten Werkzeugkoffer aus dem Mentaltraining, den Sie flexibel – insbesondere in der Einzelarbeit mit Müttern – einsetzen können. Sie lernen die theoretischen Hintergründe kennen und erfahren, wie Sprache in der Geburtshilfe wirkt, wie Frauen mit Ängsten begleitet werden können und wie Akzeptanz hilft, auch mit unvorhersehbaren Situationen umzugehen. Zusätzlich erhalten Sie eine fertige Kursvorlage für Gruppenangebote.

## Inhalt

Zielfindung: Wie werden Ziele, innere Bilder und Affirmationen für die Geburt entwickelt? • Stärken und Ressourcen aufspüren und bewusst nutzen • Sicherheit gewinnen durch die Beziehung zum Baby und zum eigenen Körper • Netzwerk und Organisation • Offenheit und Akzeptanz, Lösungs- statt Problemorientierung • Begleitung von Ängsten • Was sind Affirmationen? • Visualisierung und Zielbilder • Fantasiereisen zur inneren Vorbereitung • Die Wirkung der Sprache in der Geburtshilfe: unterstützende Worte und Metaphern entwickeln • Kursvorlage

<b>Datum</b>	Datum frei wählbar
<b>Kursort</b>	E-Learning 
<b>Zeiten</b>	12.5 Arbeitsstunden
<b>Log-Punkte</b>	12.5
<b>Kurskosten</b>	CHF 380.-* / CHF 500.-**
<b>Dozierende</b>	Dr. med. Ute Taschner, Ärztin, Stressmentorin, Resilienztrainerin, Autorin
<b>Anmeldeschluss</b>	Keiner

\*Mitglieder / \*\*Nichtmitglieder