

Jenen, die sagen, dass es einfach unmöglich sei, natürlich und schmerzfrei zu gebären, stelle ich die Frage: Aber was wäre, wenn wir Recht hätten?

Wäre das nicht wundervoll?

LORNE R. CAMPBELL, ARZT



Sehr gerne beantworte ich auch vorab Ihre Fragen in einem persönlichen Gespräch.

Rufen Sie mich dazu einfach an oder schreiben Sie mir eine email, ich setze mich dann schnellstmöglich mit Ihnen in Verbindung.

Ich freue mich sehr Sie auf Ihrem Weg zu begleiten.

Seminardauer:

5 x 1 Termin pro Woche (jeweils 2 Stunden)

Seminartermine:

Termine entnehmen Sie bitte der Homepage

www.hebammen-hand-in-hand.de

Seminarort:

Hebammenpraxis Hand in Hand

Erfstraße 9

53879 Euskirchen

Seminargebühr:

Die Kosten betragen 250€

Anmeldung:

Melden Sie sich bitte telefonisch unter

Telefon: 02443 3170387 oder

Mobil: 0176 44706190

oder per E-Mail unter

hypnose-spittmann@t-online.de

an.

Nach Ihrer unverbindlichen Anmeldung schicke ich Ihnen gerne im Anschluß die Seminaranmeldungen mit allen Einzelheiten persönlich zu.



Hypnosecoaching Svenja Spittmann

Erfstraße 9, 53879 Euskirchen

Telefon: 02443 3170387

Mobil: 0176 44706190

Mail: hypnose-spittmann@t-online.de

ÜBER MICH

Ich bin 1976 geboren und lebe mit meinem Mann und meinen zwei Kindern in Mechernich. Meine beiden wunderbaren Kinder sind 2010 und 2013 auf die Welt gekommen. Durch die Geburt meines zweiten Kindes habe ich den Weg zur Hypnose gefunden.

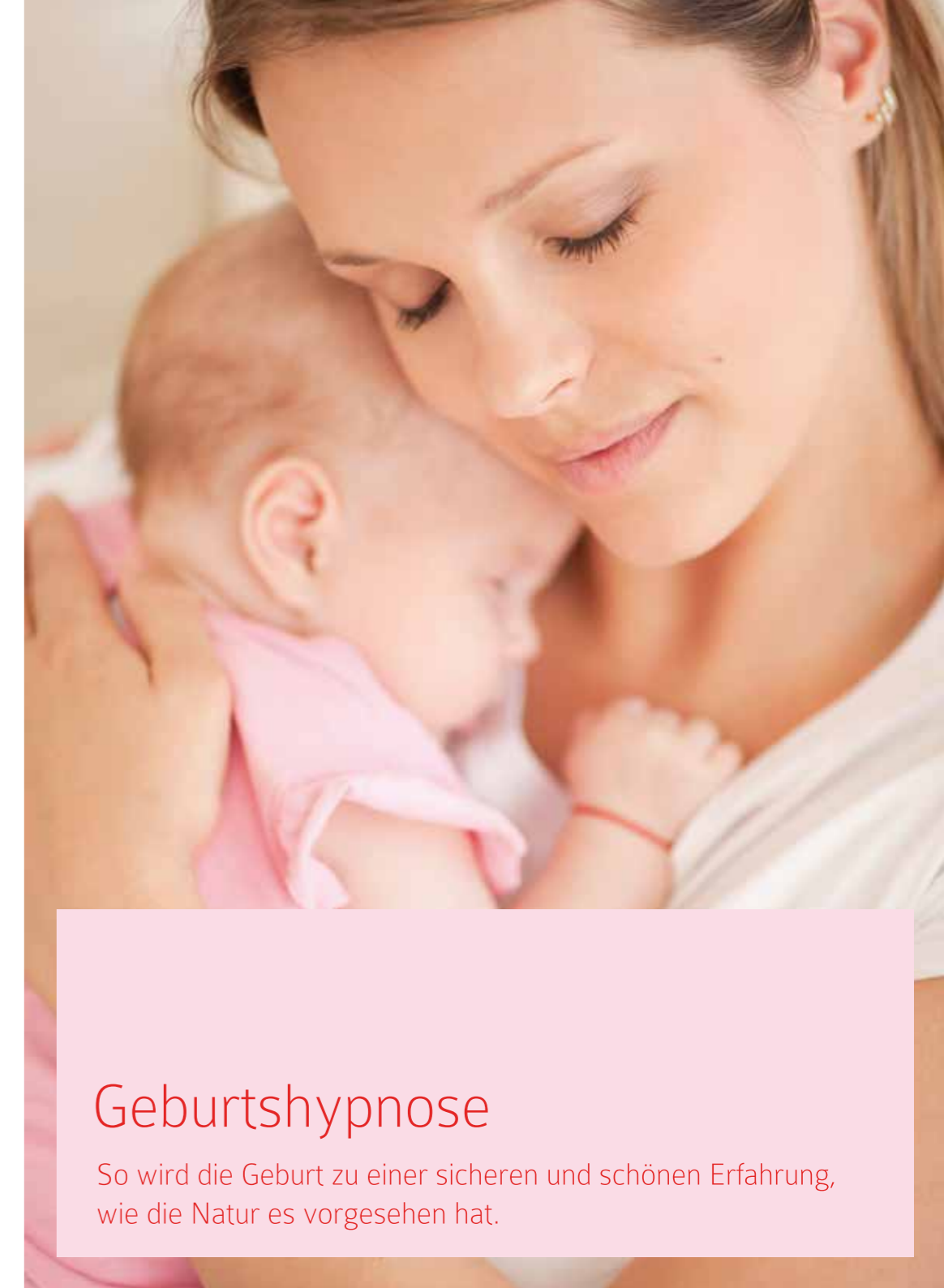
Als ich mit meinem zweiten Kind schwanger war, habe ich an einem Seminar zur Geburtshypnose in Köln teilgenommen. Dank diesem Seminar und Training habe ich mein zweites Kind vollkommen sanft, schmerzfrei und ganz natürlich Zuhause zur Welt gebracht. Diese Erfahrung hat mich zutiefst bewegt, so dass ich mich sehr intensiv mit Hypnose weiterbeschäftigt habe. Aus dem eigentlichen Gedanken, Geburtshypnose zu erlernen und in die „Eifel zu tragen“ entstand Stück für Stück der Wunsch eine einjährige Ausbildung als Hypnosecoach zu absolvieren. Diese Ausbildung habe ich erfolgreich mit europäischer Zertifizierung beim ICHP abgeschlossen. Selbstverständlich bin ich Mitglied im Berufsverband der Hypnosetherapeuten e.V. Zurzeit befinde ich mich in meiner zweijährigen Ausbildung als Hypnoanalytikerin beim ICHP.

In zahlreichen Geburtskliniken auf der ganzen Welt wird Geburtshypnose mittlerweile den Frauen als Unterstützung während ihrer Geburt angeboten.

Die zur Zeit wohl berühmteste Frau, die ihr Kind in Hypnose geboren hat, ist Herzogin Kate, Ehefrau von Prinz William.

Geburtshypnose

So wird die Geburt zu einer sicheren und schönen Erfahrung, wie die Natur es vorgesehen hat.



DAS SEMINAR

Mein Seminar basiert auf dem Glauben, dass es für jedes Baby am besten ist, in einer angenehmen, ruhigen und freudvollen Atmosphäre auf diese Welt zu kommen. Das Seminar beinhaltet Tiefenentspannung und Aufklärung. Die Geburtshypnose ermöglicht Ihnen die Besinnung auf Ihre natürlichen Instinkte und somit eine sichere und leichte Geburt.

Die Notwendigkeit für chemische Anästhesie, Dammschnitte und andere Interventionen wird verringert und oft beseitigt.

Sie bleiben frisch, wach und voller Energie, während Sie Ihr Kind zur Welt bringen. Sie und Ihr Kind werden in einer wundervollen Bindungserfahrung vor, während und nach der Geburt zusammengebracht. Postnatale Unannehmlichkeiten und Wochenbettdepressionen werden so gut wie beseitigt.

Die Kinder sind ausgeglichener, wodurch sie besser trinken und schlafen. Es ist das schönste und wertvollste Geschenk, das Sie sich und Ihrem Kind geben können.

HYPNOSETRAINIERTE FRAUEN

- gehen mit einer größeren inneren Sicherheit in die Geburt
- erleben dadurch eine vertiefte körperliche Entspannung
- empfinden Linderung und Kompetenz oder sogar Wohlgefühl in der Arbeit mit den Kontraktionen
- haben eine deutlich um Stunden verkürzte Geburtsdauer
- benötigen daraus resultierend weniger Medikamente
- haben wesentlich seltener Komplikationen
- erleben sich als aktiv und selbstbestimmend
- erholen sich schneller nach der Geburt oder brauchen gar keine Erholung
- beschreiben die Geburt als eine positive Erfahrung
- erleben das Bonding, das heißt die Beziehungsaufnahme zum Kind, intensiver
- und stillen erfolgreicher

Wenn wir an die Freude der Geburt denken, denken wir in der Regel an den Moment, in dem das Kind da ist und endlich im Arm der Mutter liegt. Aber tatsächlich kann auch das Gebären selber, entgegen dem modernen Aberglauben, ein wundervoller Prozess sein, den Frauen voller Kraft, Stolz und Freude erleben.



INHALT DES SEMINARS

- Entspannungs- und Selbsthypnose-Techniken, die Angst und Anspannung durch Vertrauen, Ruhe und Wohlbefinden ersetzen
- Techniken für eine kürzere und angenehmere Geburt, mit deren Hilfe sich die erste Geburtsphase um mehrer Stunden verkürzen kann

Ich erkläre Ihnen

- die natürliche Produktion schmerzlindernder Körperstoffe, so dass Schmerzmittel fast oder gar nicht mehr benötigt werden
- wie der weibliche Körper auf ideale Weise für die Geburt vorbereitet ist
- woher der Mythos stammt, das Schmerz Teil einer normalen Geburt sein muss und warum Frauen anderer Kulturen fast ohne Schmerzen und Beschwerden gebären können
- wie gebären auch für Sie zu einer wunderschönen und friedlichen Erfahrung werden kann, so wie die Natur es vorgesehen hat

ORGANISATION

- Das Seminar ist für alle Frauen offen, unabhängig vom geplanten Geburtsort des Kindes und der begleitenden Hebamme
- Um ein individuelles Arbeiten zu gewährleisten arbeite ich ausschließlich in kleinen Gruppen (max. 6 Frauen)
- Idealerweise sollten Sie zwischen der 30./32. SSW das Seminar beginnen
- Falls Sie das Seminar gerne vor der 30. SSW besuchen möchten, empfehle ich Ihnen eine Auffrischung des Gelernten in einem anderen Folgekurs in der 5. Sitzung
- Und falls Sie erst kurz vor Ihrem Geburtstermin von Geburtshypnose erfahren haben, ermögliche ich auch Ihnen gerne ein kurzfristiges Kompakttraining

Selbstverständlich ersetzt dieses Seminar nicht den klassischen Geburtsvorbereitungskurs.

Wenn man Dir sagen würde, dass Du eine der körperlichsten, emotionalsten, spirituellsten, transzendierendsten Momente Deines Lebens erleben könntest und hier die Karte dafür sei, um dorthin zu gelangen, würdest Du wirklich „Nein“ sagen oder lieber „Ja“? (Elisabeth Davis CPM, National Midwifery Institute)