



WEITERBILDUNG • SEMINARE • COACHING
HEILUNGSREISEN

- Es ist nicht egal, wie wir geboren werden – Die psychischen Auswirkungen unserer Geburt

21. Januar 2017

Präsentation von und mit
Petra Becker und Britta Steinbach

- Können Sie sich an Ihre Geburt erinnern?
- Geburt – ein archaisches Ereignis
- Oxytocin – ein scheues Hormon
- Die spontane interventionsfreie Geburt
- Was kann ein Geburtserlebnis beeinträchtigen
- Auswirkungen nach belastender Geburt
- Zellerinnerungen und ihre Signale
- Situationen aus dem täglichen Erleben, die mit dem Geburtserlebnis in Verbindung stehen können
- Unbefriedigende Strategien
- Möglichkeiten der Lösung
- Aussichten und Gewinn
- Prävention
- Literatur

Können Sie sich an
Ihre Geburt erinnern?

Geburt

- Ist eine einmalige Erfahrung mit einschneidenden Veränderungen
- ist ein archaischer natürlicher Vorgang, der in Millionen von Jahren durch die Evolution optimiert wurde
- ist ein Vorgang, für den Mutter und Kind genetische, unbewusste Programme besitzen, die auch ohne vorher geschult worden zu sein, während des Prozesses intuitiv greifen.
- Voraussetzung ist: die Mutter ist sich dessen bewusst und wird in dieser Bewusstheit bestärkt und unterstützt
- Schwangerschaft und Geburt sind ein in sich schlüssiges Kontinuum

- aus dem Griechischen: leichte/schnelle Geburt
- Es mag Dunkelheit, Intimität, Geborgenheit, Stille
- Es ist ein Bemutterungs- und Liebeshormon – ein Kuschelhormon
- Es wirkt unterstützend auf Bindung und Treue
- Es lässt uns in andere „Sphären“ kommen
- Es entspannt
- Es ist ein Loslass-Hormon
- Es wirkt analgetisch (schmerzlindernd), stresslindernd und deeskalierend
- Seine Wirkung wird beeinträchtigt durch
 - alles, was das Großhirn anspricht
 - alles, was Angst macht
 - alles, was die Intimsphäre stört
 - viele (fremde) Personen, Untersuchungen, Geräusche, Gerüche, Gegebenheiten

Geburt

- Spontan und ohne jegliche Intervention
- Gute Begleitung in Sicherheit gebender Umgebung

- Selbstbewusstsein
- Kraft
- Matrize für jegliche spätere Herausforderung
- Gut gerüstet für das Leben (Ich bin dem Leben gewachsen)

Was kann ein Geburtserlebnis beeinträchtigen



Medizinische Interventionen

- Wehentropf und andere Medikamente
- PDA
- Blasensprengung
- Kristellern
- Kaiserschnitt
- jegliche Untersuchung und die entsprechende Bewertung des Befundes

Umfeld

- Räumlichkeiten
- Personal
- Stimmung
- CTG

Beeinträchtigungen unter der Geburt

Uterine Gegebenheiten

- Nabelschnurkomplikationen
- Enges Becken
- Geburtslage
- Lage und Durchblutung der Plazenta

Entwicklung abhängig
vom direkt
anschließendem Erleben

Unzureichende Nachbetreuung

- Stressregulation erschwert
- Inprint verstärkt (so ist die Welt)
- Bindung erschwert
- Schreibabys
- Stillschwierigkeiten
- Belastende Glaubenssätze
- Die Blick auf die Welt kann und wird nur aus den Erfahrungen geprägt
- Tägliche unbewusste Trigger

Auffangen von Anfang an

- Zeit zur Regeneration bei Bezugsperson
- Bedding-in
- Verarbeitung der Erlebnisse der Mutter (Meine Mama ist mein sicherer Ort)
- pflegerische Maßnahmen im eigenen Tempo
- Tragen und stillen (= osteopathische Selbstheilung)

- Erlebnisse aus dem vorsprachlichen Bereich oder aus anderen traumatischen Erlebnissen werden im Körper und Nervensystem gespeichert. (Beispiel Operation)
 - Zittern
 - schwitzen oder frieren
 - Anspannung
 - erstarren
 - Schmerz
 - sich nicht spüren, wie hohl
 - Herzrasen
 - kribbeln
 - Druck oder Enge (Hals, Brust, Bauch, Kopf)
 - Schwindel
 - Atemnot
 - In sich einsinken
 - „wegdriften“
 - sprachlos oder/und nichts hören

Situationen aus dem täglichen Erleben, die mit dem Geburtserlebnis in Verbindung stehen können



- Alles, was rund ums Autofahren stresst
 - Autobahnsituationen wie Stau, dichtes Auffahren, Baustellen mit Verengungen, Überholen,
 - einparken,
 - bestimmte Straßen
 - das Verlassen von bestimmten Bezirken
- Ängste und Panik bei
 - Zahnarztbesuch
 - Höhe oder Tiefe oder Enge oder Weite
 - Wasser
 - Lift, Tunnel, Räume
 - Fliegen
 - Prüfungen oder Vortrag
 - Telefonieren
 - einzelnen Personen oder Gruppen
 - uvm.

Situationen aus dem täglichen Erleben, die mit dem Geburtserlebnis in Verbindung stehen können



- Eigentlich alle Situationen, in denen wir uns wütend, ängstlich, blockiert, gestresst, genervt, gereizt usw. fühlen
 - im Beruf (am Computer, bei Projekten, bei Konfrontationen, bei Teamarbeit)
 - bei Entscheidungen
 - wenn Hilfe nötig ist
- körperliche Beschwerden an Wirbelsäule, im Kopfbereich und Becken *können*, wenn es keine anderen schwerwiegenden Ursachen wie Operationen oder Unfälle gibt, auf ein im Körper gespeichertes Geburtstrauma hinweisen. Asymmetrien im Bereich des Kopfes ohne hinlänglich bekannten Grund werden sehr wahrscheinlich durch die eigene Geburt hervorgerufen worden sein.

- Vermeidung
- Angriff
- Rückzug
- nichts zu Ende bringen (Bücher, Projekte usw.)
- Stillstand

- Aufarbeitung des Geburtserlebnisses durch
 - körperorientierte Therapie wie z.B. Somatic Experiencing
 - Cranio-sacrale Osteopathie
 - T.I.P.I.
 - Wassertherapie
 - Gestalt- und Kunsttherapie

Je früher eine Auflösung der gespeicherten belastenden Erlebnisse geschieht, umso leichter lassen Körper, Geist und Seele los.

Auch schon direkt nach der Geburt kann ein Baby ganzheitlich und nachhaltig behandelt werden.

- **körperliche Symptome** führen nicht zu dauerhaften Schäden, sondern erfahren eine **Ausheilung**
- negative Glaubenssätze lösen sich auf und werden durch **fördernde Leitsätze** ersetzt
- Mentale und körperliche Freiheit führt zu innerer Zufriedenheit, Erfolg und Gesundheit.
- Nach der körperlichen Geburt ist nun auch eine **geistig-emotionale Geburt** möglich (Trauma führt zur Abspaltung von Persönlichkeitsanteilen, die für eine Persönlichkeits-Entwicklung und Reifung unerreichbar sind)

Wenn Sie Eltern werden möchten, beachten Sie bitte folgendes:

- eigene (Beleg-)Hebamme
- Geburtsplan mit genauen Hinweisen, was gewünscht und was unerwünscht ist.
- Begleitung durch eine Doula
- Überprüfung der Geburtsklinik hinsichtlich von Interventions- und Kaiserschnitt-Statistiken
- eine gute Verarbeitung der eigenen Geburtsgeschichte, denn die Auflösung von einschränkenden Glaubenssätzen verhindern weitere Traumata (Bindungstrauma zum späteren eigenen Kind).
Eine Verarbeitung führt zur Stärkung von Bindungsverhalten, Selbstbewusstsein, Körpergefühl, Urvertrauen und gesundem Sozialverhalten

- Michel Odent – Es ist nicht egal, wie wir geboren werden
- Franz Renggli – Das goldene Tor zum Leben
- Luc Nicon – Befreit von alten Mustern
- Christina Mundlos – Gewalt unter der Geburt
- Sabine Schlotz – Bauchgeflüster
- Kristina Rumpel - FlowBirthing



*Vielen Dank
für Ihre
Aufmerksamkeit*

Petra Becker

B. Steinbeck



• ÜBER MICH - PETRA BECKER

Ich bin eine Reisende. Fernweh nennt man das wohl. Schöne Orte faszinieren mich und ziehen mich magisch an. Ich liebe Afrika. Ich bin immer auf der Suche nach spannendem Input, bin sehr schnell für Neues entflammbar, neugierig auf neue Menschen, neues Wissen. Und nie ist es genug. So sehr ich auch suche und mich anstrengt. Kommt Ihnen dies bekannt vor?

Glücklicherweise haben sich in meinem Leben immer gute Freunde und Trainer zum richtigen Zeitpunkt gezeigt. So hat mich meine damalige Business Coachin inspiriert, den Master DVNLP zu absolvieren, meine Studienfreundin hat mich zum Familienstellen mitgenommen. Inzwischen werde ich zur Somatic Experiencing sowie zur Aqua Release Therapeutin ausgebildet. Und das ist mein Glück ...

Ich weiss nun, daß mein ganzes Leben primär durch meine prä- und perinatalen Erfahrungen geprägt wurde. Durch die positiven Ergebnisse meiner eigenen Heilungsreisen zu meinen Verlorenen Zwillingen sowie die Heilung meines Geburtstraumas ist es mir ein Herzens-Anliegen, auch anderen Betroffenen Leichtigkeit im Leben zurückzugeben.

Meine eigene Reise, meine Erfahrungen mit Klienten sowie meine große Empathie zu Menschen in Veränderungsprozessen sind die ideale Kombination, Sie auf Ihren persönlichen Heilungsreisen zu begleiten.

• www.harmonieraum.de

• ÜBER MICH - BRITTA STEINBACH

Die wohl prägendste, wenn auch gänzlich unbewusste Zeit, ist die unseres Anfangs, im Mutterleib. Für mich hielt dieser Zeitraum erst einmal viel Schmerz bereit: Verlust meiner Drillingsgeschwister und eine traumatische Zangengeburt mit Reanimation. Aber aus der heutigen Sicht weiß ich, dass meine heutige Ressource, Kraft und Fähigkeiten genau aus diesen Erlebnissen und ihrer Verarbeitung geboren wurden. Dieser, aus den Tiefen meines einstmaligen schmerzhaften Ursprungs entsprungene Erfahrungsschatz ließ mich zu einer achtsamen und mitfühlenden Begleiterin für diese speziellen Traumata wachsen.

Auf meinen Weg habe ich, nachdem ich Heilpraktikerin geworden bin, Ausbildungen in Psychokinesiologie, Familienstellen, energetischer und wassergestützter Körpertherapie und Quantenheilung absolviert. Aber auch meine 23jährige Tätigkeit als Kinderkrankenschwester auf einer Entbindungsstation haben zu einer intensiven Auseinandersetzung mit unserem Erleben vor, während und unmittelbar nach der Geburt geführt. Von Ihnen eingeladen geleite ich Sie mit all meinen fachlichen, empathischen und auch menschlichen Fähigkeiten zu Ihren Ursprüngen, um sie als Quelle eines Lebens, geprägt von Liebe, Frieden, emotionaler Freiheit und neuem Selbst-Bewusstsein zu transformieren.

• www.positive-heilimpulse.de