

HypnoBirthing®

Die Mongan Methode

Der Masstab einer ruhigen und sanften Geburt

*Wie man Frauen die Kunst und Freude
der Wiederentdeckung ihrer
natürlichen Gebärinstinkte beibringt*

Der professionelle 32- stündige Workshop

für:

- Mütter
- Hebammen
- Geburtserzieher
- Physiotherapeuten
- Hypnosetherapeuten
- Krankenschwestern
- Doulas/Geburtsbegleiterinnen
- im Gesundheitswesen Schaffende

*„Ein durch und durch gut organisiertes Programm.
HypnoBirthing® ist ein Geschenk an alle Frauen, die ein Baby
bekommen.“*

*-Pam Daigneault, Hebamme
Worcester Memorial Hospital, MA*

*„Die Konzepte sind so leicht verständlich und werden in einer
direkten Art präsentiert. Die Anleiterin ist eine begnadete
Lehrerin“*

*-Norma Citron, Zertifizierte Hypnotherapeutin
Calabasas, CA*

*„HypnoBirthing® ist das fehlende Bindeglied, das wir im Bereich
Geburtshilfe schon seit Jahren suchen.“*

*-Nancy Wainer, CPM, Hebamme und Autorin, MA
“Silent Knife” und “Open Season”*

*„HypnoBirthing® hat die Art wie ich Geburtshilfe ausübe,
verändert“*

Dr. Jeffrey Segil, FACOG, Dover, NH

Eine Geburt, die normal, angenehm und sicher verläuft, spiegelt den natürlichen Prozess wider. Wenn Sie Paare, die ein Kind erwarten, in Entspannungstechniken, Visualisierung, Angstreduzierung und geführte Meditation unterrichten, können Sie ihnen zu einer solchen Geburt verhelfen und im Gegenzug die Freude, die sie dafür erhalten, genießen.

Nehmen Sie am internationalen Netzwerk der HypnoBirthing-KursleiterInnen teil. Das Netzwerk besteht aus KursleiterInnen, die es sowohl professionell als auch finanziell interessant finden, die bemerkenswerteste Geburtstechnik, die seit Jahrzehnten in der Geburts- Szene herausgekommen ist, zu unterrichten.

“Ich will es der ganzen Welt erzählen. Es ist so unglaublich!”

*Erin Kimball, Hebamme
Houston, TX*

*„So sollten die meisten Geburten verlaufen—einfach, ruhig und
reibungslos.“*

*Maria Williamson, Hebamme
Lancashire, England,*

*„Ein fantastischer, gut entwickelter Kurs. Jede Hebamme und
jede werdende Mutter sollte HypnoBirthing machen.“*

Karen Steele, Hebamme, United Kingdom

*32-stunden Guthaben für das Diplom zur/m Hypnotiseur/in —NGH

anerkannt für Hypnototherapie CEU

HypnoBirthing®

Vorteile

- ✓ HypnoBirthing® lehrt die tiefen Schichten der Entspannung, die die Angst ausschalten, welche durch Verspannung des Körpers zu Schmerzen führt.
- ✓ Reduziert zum grössten Teil das Bedürfnis nach chemischen Schmerzmitteln und macht es sehr oft möglich, sogar ganz darauf zu verzichten
- ✓ Verkürzt die erste Phase der Wehen
- ✓ Die Mutter fühlt sich wach und frisch, sie ist aufmerksam und voller Energie
- ✓ Unterstützt die Sauerstoffversorgung des Kindes während der Geburt
- ✓ Verringert die Notwendigkeit eines Dammschnittes
- ✓ Verringert die Müdigkeit während der Wehen und beseitigt sie oft sogar
- ✓ Liefert die Techniken, welche die Eltern/Mutter befähigen, eine sanfte, ruhige Geburt für sich und ihr Baby zu erreichen
- ✓ Gibt dem Geburtsbegleiter eine aktive Rolle bei der Geburt
- ✓ Umfasst das Konzept des „Eltern-Seins“ bevor das Kind geboren ist
- ✓ Lehrt Atemtechniken, die einer Frau erlauben, das Kind sanft in die Welt „runterzuatmen“ ohne Gewalt des starken, rein physischen Pressens

Über HYPNOBIRTHING®

HypnoBirthing ist sowohl eine Philosophie der sanften Geburt, als auch eine Technik, um eine zufrieden stellende, entspannte und stressfreie Geburt zu erreichen.

HypnoBirthing lehrt Frauen und Geburtsbegleiter die Kunst und Freude, die Geburt auf eine sichere, angenehmere Weise für sich und das Baby zu erleben. Durch geführte Meditation lernen die Frauen wie sie körpereigene Endorphine hervorrufen können, die folglich das Bedürfnis nach Medikamenten stark reduzieren oder gänzlich verschwinden lassen. Wenn eine Frau richtig auf die Geburt vorbereitet ist und wenn Geist und Körper in Harmonie sind, dann nimmt die Natur genau den wunderbaren Lauf, den sie auch bei den Frauen in anderen Kulturen und bei allen Wesen nimmt.

Sie werden fasziniert sein, auf HypnoBirthing Videos Mütter zu sehen, die in den Wehen liegen und trotzdem wach und aufmerksam sind und gute Laune haben. Denn sie erleben eine sichere und sanfte Geburt ganz ohne das Angst-Anspannungs-Schmerz Syndrom. HypnoBirthing lehrt eine Frau wie sie ihrem Körper vertrauen und mit ihm arbeiten kann, genauso wie sie sich von begrenzenden Gedanken und Emotionen befreien

kann, die zur Schmerz verursachenden Angst und Muskelverspannungen geführt haben.

HypnoBirthing hilft Frauen, ihre natürlichen Instinkte wiederzuentdecken. Die Mütter sind bewusst, wach und haben völlige Kontrolle über sich, sind aber hochgradig entspannt, während sie ihre Kinder zur Welt bringen.

Nach physiologischem Gesetz werden alle natürlichen, normalen körperlichen Funktionen ohne Gefahr oder Schmerzen ausgeübt. Die Geburt ist eine natürliche, normale physiologische Funktion für normale, gesunde Frauen und ihre gesunden Babies. Folglich können gesunde Frauen, die gesunde Babies erwarten, auch sicher und ohne Gefahr oder Schmerzen gebären.“

Dr. Jon Dye, Leichtere Gebären, Buffalo, 1891

Kurs-Informationen:

Es handelt sich um einen 4-tägigen Workshop, der mit der Zertifizierung als HypnoBirthing-KursleiterIn abschliesst.

Kosten: CHF 1227 / € 808. Der Unterricht beinhaltet ein Handbuch für den Einführungskurs, eine Kopie des Lehrbuches: „HypnoBirthing – The Mongan Method“; eine DVD über sieben HypnoBirthing-Geburten, eine CD mit Entspannungsübungen und Geburtsaffirmationen; ein 70-seitiges Unterrichtsprogramm mit Unterrichtsmaterial, Skripts und Präsentationen, sechs Poster für den Gebrauch in den Unterrichtsräumen, eine CD mit Formularen und Informationsmaterial und andere Bildprospekte.

Die Zertifizierung beinhaltet auch eine Aufnahme in die Online- Referenzliste, eine Kopie unseres Newsletters vierteljährlich, sowie regelmässige Aktualisierungen.

Allein die Teilnahme an einem HypnoBirthing Kursleiter-Kurs ist nicht automatisch gleichzusetzen mit der Zertifizierung als HypnoBirthing -KursleiterIn. Jede/r Teilnehmer/in muss erfolgreich eine komplette Rückschau des erlernten Programms ablegen.

Nur diejenigen, die vom HypnoBirthing Institut ausgezeichnet werden, dürfen den eingetragenen Markennamen HypnoBirthing, das Logo und das Lehrmaterial benutzen.

AusbildnerInnen:

Die AusbilderInnen werden nur per Einladung des HypnoBirthing Instituts ausgewählt. Sie sind hoch qualifizierte Fachkräfte, die sich durch Ausbildung, Erfahrung, Motivation und durch die Hingabe an die Prinzipien und Philosophie von HypnoBirthing auszeichnen. Zusätzlich muss jeder die Anforderungen, die vom Vorstand des HypnoBirthing Instituts gestellt werden, erfüllen.

Ihre Aufmerksamkeit bezüglich der Kursauswertung wird uns helfen, dieses Niveau beizubehalten.

„Seit 17 Jahren bin ich Hebamme und nachdem ich dieses Programm absolviert habe, kann ich die Geburt nie mehr im gleichen Licht betrachten. Es ist unglaublich!“

Judy Richardson, RN

Reisekrankenschwester

Kursinhalt—Teil 1 Kursvoraussetzungen: Die Basics

Einführung in das Grundlagenwissen über die Geburt- Für diejenigen, die noch keine Grundkenntnisse in Mütterbetreuung haben

- Der wunderschöne weibliche Körper, der für das Gebären geschaffen ist
- Die Anatomie des weiblichen Fortpflanzungsapparats: innere und äussere Strukturen
- Empfängnis und frühe fötale Entwicklung
- Die Merkmale des Uterus
- Gebärmutterhöhle, Gebärmutterkörper, Muttermund
- Das vorgeburtliche Versorgungssystem des Babys, die Fruchtblase, die Plazenta, die Nabelschnur
- Die drei Trimester der Schwangerschaft
- Die körperlichen Veränderungen während der Schwangerschaft
- Das Positionieren des Fötus während der Schwangerschaft
- Babies in der Steisslage drehen
- Wehenanzeigen
 - normal
 - unerwartet
- Die Eigenschaften von geführten Wehen
- Die Eigenschaften von HypnoBirthing Wehen
- Das Einsetzen der Wehen
 - spontan,
 - Techniken zur Einleitung der Geburt
- Die Position des Fötus während der Geburt
- Die Geburtsphasen während einer typischen Geburt
- Die Geburtsphasen während einer HypnoBirthing Geburt

Einführung in Hypnose für die Geburt- für Leute, die über kein Zertifikat für Hypnosetechniken verfügen

- Die Einsatzmöglichkeiten für Hypnose
- Die Einstellung zur Hypnose
- Grundkenntnisse über die Hirnwellenaktivität
- Die Gesetze des Geistes
- Das Grundprinzip für die Hypnose bei der Geburt
- Verständnis über die Lernmethode der Klientin
- Direkte und zugelassene Hypnose
- Die Schritte zur Hypnose
- Gefahren der unqualifizierten Therapie
- Körper/Geist Verbindung und Anwendung
- Die Beurteilung der Tiefe der Trance
- Richtlinien um Veränderungen zu erreichen
- Augenfixierung/ Schliessung
- Elman – Ericksonian – Shanti - Methoden
- Eye-lift Conversion- Methode
- Vertiefungstechniken
- Vorschläge für die Zeit nach der Hypnose
- Alarmierungstechniken

Kursinhalt Segment 2

Programm zur Zertifizierung als HypnoBirthing KursleiterIn

- HypnoBirthing Philosophie und Anfänge
- Wie der Uterus während der Geburt arbeitet
- Was ist an Wehen verkehrt
- Wie die Angst die Wehen beeinflusst
- Ursprünge der Angst und Schmerzen während der Geburt
- Elternsein vor der Geburt und Embryologie
- Das Auswählen der Geburtshelfer
- Sich körperlich und geistig auf das Gebären vorbereiten
- Hypnosevertiefung und Visualisierung
- Loslassen von Angst und begrenzenden Gedanken
- Eine Beziehung zu den Geburtshelfern aufbauen
- Das Thema „Entbindungstermin“ besprechen
- Eine künstliche Geburtseinleitung vermeiden
- Die Blätter mit den Wünschen über den Geburtsverlauf vorbereiten
- Wie der Körper und das Baby zusammen arbeiten
- Das Einsetzen der Wehen
- Wie man durch die Wehen atmet
- Die Kennzeichen der Geburtsphasen
- Perinatales Bonding
- Wie man durch die Geburt atmet
- Bonding mit dem Kind



HypnoBirthing®

The Mongan Method

*Die Kunst, die Welt der
Geburt mit Ruhe zu
entdecken!*

Das Vier-Tage- Seminar und Zertifizierungsprogramm

Über die Gründerin

Marie (Mickey) Mongan, die HypnoBirthing®-Gründerin ist eine preisgekrönte Therapeutin mit über 30-Jahren Erfahrung in Sachen Beratung sowie im Unterrichten auf Fachhochschulniveau und im privaten Bereich. Sie ist eine lizenzierte Beraterin und eine zertifizierte Hypnosetherapeutin, die einige Preise im Bereich Hypnosetherapie ihr eigen nennen darf; einschliesslich den begehrten Charles Tebbetts Award. 2005 war sie die erste Frau überhaupt, die den Rexford L.North Award erhielt, was die höchste Auszeichnung des Berufsvereines ist.

Schon früh in ihrer Karriere zählte sie zu den fünf Führenden im Bereich Erziehung in New Hampshire. 1992 unterrichtete sie in Moskau als Abgesandte der Peace Foundation.

Sie ist Mutter von vier Erwachsenen Kindern, die sie Mitte der 50-ger, Anfang 60-ger Jahre geboren hat und bei deren Geburt sie die Theorien von Grantly Dick-Read anwandte, auf welchen HypnoBirthing basiert.

Ihr Buch, HypnoBirthing® – The Mongan Method, ist das Arbeitsbuch, das in den HypnoBirthing–Kursen verwendet wird.

Anmeldung:

www.hypnobirthing.ch/Anmeldung.html

Besuchen die Webseite der Gründerin Marie Mongan:

www.HypnoBirthing.com

Die HypnoBirthing Prämisse

Die meiste Zeit ihres Lebens sind Frauen mit negativen Geburtsberichten und Erfahrungen anderer Frauen überschüttet worden. Ihre Mütter, Schwestern, Tanten, Cousinsen, Freundinnen und sogar Fremde- alle wollen ihnen eine Horrorgeschichte über das Gebären erzählen. Sie wurden konditioniert zu glauben, dass die Geburt mit unglaublichen Schmerzen verbunden ist. Dies führte dazu, dass die Frauen heute eine unglaubliche Angst vor der Geburt haben. Diese extreme Angst verursacht eine Anspannung im Körper, die ein leichtes, normales Zusammenspiel der natürlichen physischen Funktionen verhindert. Das Ergebnis ist genau das, was sie am meisten befürchtet haben, nämlich eine schmerzhaft Geburt.

Leute, die von einer sanften Methode zu gebären angesprochen sind, haben lange nach einem Weg gesucht, Frauen zu helfen, dass sie so ruhig, sicher und sanft gebären können wie möglich. Bis HypnoBirthing entwickelt wurde, schien dies fast unerreichbar zu sein.

Durch ein sehr einfaches Programm von Selbsthypnose- und Erziehung lernen Frauen wie sie sich durch angstbehaftete Geschichten und Fehlinformationen durcharbeiten können; dadurch wird Ihnen geholfen, die Geburt als normal zu betrachten. Sie lernen, darauf zu vertrauen, dass ihr Körper weiss, wie er das Baby so ruhig und sanft zur Welt bringen kann wie es die Natur beabsichtigt hat.