

EMOTIONALE GEBURTS-NACHBEREITUNG



Guten Tag,

verzweifelte und sehr engagierte Mütter/Eltern kommen oft zu mir ins Coaching, weil sie mit bestem Willen nicht wissen, wie sie ihre kleinen Kinder beruhigen können.

Sie erzählen, von den nicht enden wollenden Tränen, wenn es um Abschied oder ins Bett gehen, geht. Auch berichten sie von den Schwierigkeiten, sie aus ihren Wutanfällen herauszuholen.

Von der Trauma-Arbeit, weiss ich, wenn Mamma's/Eltern ihre Kinder nicht beruhigen können, hat dies einen tieferen Grund: sie können das Nervensystem ihrer Kinder nicht co-regulieren.

Aus meiner Erfahrung kann ich sagen:

Wenn während der Schwangerschaft und/oder während der Geburt intensive Momente der Verunsicherung, ein Schock, Stress oder auch körperliche Herausforderungen, stattfinden, hat dies nachhaltige Auswirkungen in Bezug zur Mamma/Eltern-Kind-Bindung.

Besonders bei Kaiserschnitt-Geburten stelle ich fest, dass diese emotionale Spuren hinterlassen.

Eine nicht verarbeitete Geburt oder ein Trauma kann die Eltern-Kind-Verbindung stören oder gar unterbrechen.

Wie gross ist dann die Erleichterung, wenn sie erfahren, dass sie nichts falsch machen, dass die Ursache ein emotionaler Schock, ein Trauma oder eine unverarbeitete Geburt sein kann. Nachhaltig belastende Geburtserfahrungen können aufgelöst werden.

Ja, die emotionale Geburts-Verarbeitung kann nachgeholt werden.

Hierbei kann ich helfen! Mein Herzanliegen ist es, dass Mamma/Eltern und Kind erfahren, wie kraftvoll und schön eine sichere Bindung ist. Schliesslich ist sie die Grundvoraussetzung für gesunde Beziehungen und für die Regulierung von intensiven Gefühlen.

Ich bin

- Seit 30 Jahren selbstständig als Coachin und Trainerin
- Langjährige Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit
- In verschiedenen Heimen als Pädagogin gearbeitet
- Als Okey-Team: Selbstwert-Trainings für Schulen+Krisenklassen
- Zusatzausbildungen als: TZT-Leiterin, künstlerische Therapeutin,
- Biographiarbeiterin, Coachin, Regulation des Nervensystems
- Spezialität: Trauma-sensible Arbeit

Wenn ihr meine Unterstützung benötigt. Von Herzen bin ich für euch da.

Eure Brigitte Heynen

www.brigitte-heynen.ch

GefühlsStark leben-BeziehungsStark sein.

courage@brigitte-heynen.ch

079 966 04 63

