



Bindungsförderung  
Krisenintervention  
Eltern-Baby-Therapie

EMOTIONELLE ERSTE HILFE

# AM ANFANG DES LEBENS

Schwangerschaft und Geburt



ZWEITÄGIGER SELBSTERFAHRUNGS-WORKSHOP ZUR AUFARBEITUNG  
UND INTEGRATION VON SCHWANGERSCHAFTS- UND GEBURTSERLEBEN  
mit Janine Koch und Silvia von Büren

Das Schwangerschafts- und Geburtsmuster ist ein Keim für die Entwicklung der Persönlichkeit. Was wir in dieser frühen Zeit erfahren haben, einschliesslich der frühen Kindheit, wird im unbewussten Gedächtnis gespeichert. Dies wiederum beeinflusst unser weiteres Erleben, Bewegungen, unsere emotionale Grundstimmung, soziale Beziehungen, Körperwahrnehmung, die Art wie wir Herausforderungen erleben und bewältigen.

In zwei nah aufeinanderfolgenden Workshops werden diese alten Muster in einem geschützten Rahmen bewusst gemacht, damit wir diese im Alltag erkennen und neue Handlungsstrategien entwickeln können. Die Arbeitsweise ist geprägt von behutsamer Achtsamkeit und Empathie.

Jede/r Teilnehmer/in erhält die Gelegenheit im Rahmen des geschützten Gruppenfeldes einzelne Aspekte seiner Schwangerschafts- und Geburtsgeschichte zu inszenieren und zu erfahren.

Im ersten Workshop werden die verschiedenen Phasen von Schwangerschaft, Geburt und Bonding szenisch wiederholt. Im zweiten Workshop liegt der Focus auf einer möglichen positiven Neuerfahrung der Geburts- u. Bondingsituation.

## Kursleitung



**Janine Koch**

Prä-/ Perinatal Therapeutin



**Silvia von Büren**

Präventive Körper-  
psychotherapeutin EEH

Prä-/ Perinatal Therapeutin  
Geburtsvorbereiterin

**Janine Koch** ist Fachberaterin in Emotioneller Erster Hilfe, Prä- und Perinatal Therapeutin mit körperpsychotherapeutischem Hintergrund und arbeitet im Bereich der Prävention und prä-, peri- und neonataler Therapie (Karlton Terry, William Emerson, Thomas Harms und Michel Odent). Sie hat eine eigene Praxis in der Nähe von Lugano/Schweiz und ein Teil ihrer Arbeit mit Erwachsenen und Neugeborenen findet in warmen Wasser statt (Aqua-Balancing). «Es gefällt mir, Menschen auf ihren Wegen der Bewusstwerdung zu begleiten und zu beobachten, wie diese Arbeit an den Wurzeln ihren Weg erleichtert und ihnen erlaubt, neue Optionen zu sehen.»

**Silvia von Büren** ist ausgebildet in bindungsorientierter Körperpsychotherapie und arbeitet im prä- und perinatalen Bereich. Sie begleitet Babys, Kinder und Erwachsene in der Aufarbeitung schwieriger Erfahrungen rund um Schwangerschaft und Geburt in ihrer Praxis im ElternBabyZentrum – Basel. Ausbildungen bei Thomas Harms – Emotionelle Erste Hilfe / Karlton Terry und W. Emmerson – Traumatherapie bei Babys und Carry Rick – Bewegungsanalytische Therapie. «Es ist mir ein Herzensanliegen, Erwachsene sowie ihre Kinder auf ihrem individuellen Weg fachlich zu unterstützen und in ihrem Prozess einfühlsam zu begleiten.»

Name \_\_\_\_\_ Telefon \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_ e-Mail \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_ Beruf \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_ Datum/Unterschrift \_\_\_\_\_