Geburt und Bindung

SELBSTERFAHRUNGSKURS

Viertägiger Selbsterfahrungs-Workshop zur Integration von Schwangerschafts- und Geburtserleben

Schwangerschafts- und Geburtserfahrungen am Beginn unseres Lebens sind ein wesentlicher Keim für die weitere Entwicklung unserer Persönlichkeit. Was wir in dieser Frühphase menschlicher Entwicklung erfahren, wird im unbewussten Gedächtnis unseres Körpers gespeichert und verankert. In fundamentaler Weise beeinflussen diese Erlebensmuster unsere emotionalen Hintegrundstimmungen, die Formen, wie wir unsere Emotionen und sozialen Beziehungen regulieren sowie die Art und Weise, wie wir später Herausforderungen und Engpässe des Lebens in Angriff nehmen. In besonderer Weise zeigen sich unverarbeitete Geburtstraumata in Lebensphasen, in denen Menschen neue Entwicklungsschritte gehen müssen und wo sie Mut und inneren Anschub benötigen, um einen Engpass zu überwinden oder eine Prüfung zu bestehen.

In jeweils zwei nah aufeinanderfolgenden Workshops gibt es innerhalb einer kleinen Gruppe Raum und Gelegenheit, die eigenen Geburts- und Schwangerschaftsmuster zu erfahren, zu bearbeiten und in ihrer Relevanz für das heutige (Er-)Leben zu erkunden. Ziel des Workshops ist es, geburtsbedingte Stress und Bindungsmuster im eigenen Alltag erkennen und zuordnen zu können. Darüber hinaus hilft das Bewusstsein für die unterschiedlichen Merkmale der jeweiligen Geburtsmuster dabei, in akuten Situationen mehr Verständnis für sich selbst und sein*e Partner*in zu entwickeln und kraftvoll neue Wege zu entdecken.

Cornelia Reichlin
Biosynthese-Körpertherapeutin, Craniosacral-therapeutin, Fachberaterin für Emotionelle Erste Hilfe und EEH-Therapeutin. Verheiratet und Mutter von zwei Kindern. Arbeit in eigener Praxis und Leiterin des EEH-Ausbildungszentrum in der Schweiz.

Mein Schwerpunkt ist die körper- und psycho-therapeutische Arbeit auf dem Hintergrund der prä- und perinatalen Traumatherapie. Es liegt mir sehr am Herzen, Menschen im Rahmen der körperpsychotherapeutischen Selbsterfahrung im individuellen Wachstumsprozess zu unterstützen.

Zielgruppe
EEH-Trainees ab Phase I
Interessierte (mit Vorgespräch)

Leitung
Cornelia Reichlin (CH)
Körperpsychotherapeutin, Cranio-Sacral-Therapeutin,
EEH-Therapeutin

Termine
09./10.11.2026 und
12./13.12.2026

Kurszeiten
Beginn jeweils um 9:00 Uhr,
1. Tag open end,
2. Tag bis 18:30 Uhr

Kosten
EUR 685

Gruppe
max. 6 Teilnehmer*innen

Anerkennung
6 Einheiten an Selbsterfahrung

Veranstaltungsort
Eltern-Kind-Praxis
Otto von Guggenberg Str. 36
I-39042 Brixen

aava BEGLEITET HERZVERBUNDEN