

# Vortrag: „Regulation rund um die Geburt“

Rund um die Geburt können sich hohe Stressbelastungen, überlebenswichtige Entscheidungen und überwältigende Gefühle zu traumatischem Stress entwickeln.

Dann bleibt das einmalige Erlebnis der Geburt an Gedanken und Gefühle gebunden, die sehr belastend sein können.

Nicht nur Mutter und Kind können davon betroffen sein, sondern auch Väter, die sich während der Geburt mit Gefühlen von Hilflosigkeit und Angst alleine gelassen fühlen.

Häufig werden bei den Eltern auch in den ersten Wochen nach der Geburt alte, unerledigte Stress- und Bindungs-Themen aus der eigenen Kindheit getriggert.

Vortragsinhalte:

- Was passiert bei Stress im Körper und Nervensystem?
- Wodurch unterscheidet sich Stress von Trauma?
- Woran erkenne ich, dass (m)eine Geburt traumatisch war?
- Was sind die Merkmale von Trauma?
- Wer hat Trauma erlebt – Mutter – Kind – Vater?
- Was kann ich tun und wo finde ich Hilfe?
- Zeit für Fragen und Antworten

Referentinnen:

**Ingrid Scherle**, Gesundheitspraktikerin. Elternberaterin für das EBZ Liezen, Traumalösung nach Peter Levine (Somatic Experiencing) und bei Babys & Kindern, Neuroaffektive Regulation bei Bindungs- und Entwicklungstrauma (NARM), integrale somatische Psychotherapie. 10-jährige Tätigkeit als sozialpädagogische Familienhelferin in Baden-Württemberg und Schulungen von SozialarbeiterInnen und Kita-Fachkräften.

[www.ingridscherle.com](http://www.ingridscherle.com)

**Brigitte Winter**, Hebamme, Geburtsvorbereitung, Stillberatung, Unterstützung von Bindungsentwicklung, Traumalösung bei Babys & Kindern

[www.brigitte-winter.at](http://www.brigitte-winter.at)