

Was ist Hypnose?

Hypnose ist ein natürlich hervorgerufener Zustand der entspannten Konzentration – ein körperlicher und mentaler Zustand, in dem wir mit unserem Unterbewusstsein arbeiten und ihm Vorschläge vermitteln können. Dieser Teil unseres Gehirns beeinflusst, was wir denken, wie wir fühlen und handeln und welche Entscheidungen wir treffen. Angst, Schmerz und andere Probleme können so unter Kontrolle gebracht werden.

Es gibt keine Magie, die zum Erfolg in der Selbst-Hypnose führt. Fast jeder, der will, kann totale Entspannung und Konzentration erreichen.

Was Sie bei einer Geburt mit HypnoBirthing erleben, ist mit einem Wach-Traum-Zustand zu vergleichen oder dem, wenn Sie in ein Buch vertieft sind oder abwesend in ein Feuer starren. Sie werden ansprechbar und wohl auf sein – völlig entspannt und dabei alles unter bewusster Kontrolle haben. Sie werden zwar die Wehen wahrnehmen, aber das Ausmaß und den Schmerz entscheidend beeinflussen können. Sie werden Ihre Geburt unter ruhigen und entspannten Umständen erleben, fern von Angst und Anspannung, die Schmerzen verursachen; egal was während des Geburtsablaufs passiert (auch wenn womöglich medizinische Interventionen nötig werden). Ihr Körper wird die Stresshormone, die Schmerzen verursachen, durch natürliche Anästhesie (Glückshormone Endorphine) ersetzen.

Wenn es für Ihr Baby an der Zeit ist, zur Welt zu kommen, werden Sie wach, voller Energie und bewusst daran beteiligt sein.



Zur Wendung bei Beckenend-/Steißlage, Raucherentwöhnung und anderen Problemen in der Schwangerschaft biete ich auch Hypnose-Einzelsitzungen an.



Franziska Sedlmaier

Zertifikat HypnoBirthing®

Mitglied der HypnoBirthing-Gesellschaft Europa
Hypnose-Master
Reinkarnationstherapeutin
Physiotherapeutin
Gymnastiklehrerin

Zertifikat Dunstan BabyLanguage®

Jahrgang 1976, Mutter von 4 Kindern

Machen Sie sich mit mir auf den Weg
zu einer neuen, wundervollen und
freudigen Erfahrung.

- 🕒 Infoveranstaltungen für Eltern und Hebammen/Gynäkologen
- 🕒 Gruppenkurse (max. 4 Paare)
- 🕒 Einzelkurse (auf Wunsch bei Ihnen zuhause)
- 🕒 Hypnose zur Wendung der Kindes, Raucherentw.
- 🕒 Verleih von **Geburtsbecken/-pools**

Telefon: (08194) 93 15 964
eMail: qualitaet@hypnobirthing.de



HypnoBirthing

Geburtsvorbereitung

nach Marie Mongan

für eine
glückliche Schwangerschaft

und eine

leichte, natürliche, sanfte und sichere
Geburt

für Mutter und Kind

weltweit seit über 20 Jahren erfolgreich

Für Erst- und Mehrgebärende.
Egal ob Sie sich für Klinik, Geburtshaus
oder Hausgeburt entscheiden.

Für alle, die sich auf Ihre bevorstehende Geburt
freuen und danach zufrieden sein wollen.

www.HypnoBirthingGeburt.de