



Deutsche Gesellschaft für therapeutische Hypnose und
Hypnoseforschung e.V. – GTH

Internationale Gesellschaft für Integrative Tiefenpsychologische
Therapie in Hypnose und Hypnoseforschung e.V. – IGT

International Federation of Integrative Depth Psychology in Therapy
and Research of Hypnosis – INFIDEP



GTH-Geschäftstelle

Großgasse 15 | 66954 Pirmasens | Tel. 063 31 - 68 18 042 | Fax 0911-3084418042 | www.d-gth.de | info@d-gth.de

Hypnose in der Geburtsvorbereitung

In der Zeit der Schwangerschaft besteht eine psychische Union von Mutter und Kind, in der das Kind alle Belastungen der Mutter, wie Stress, Angst und Schmerz als sein eigenes Empfinden erlebt und sich nicht davon abtrennen kann. Dieser Zeit kommt in der Schwangerschaftsbegleitung und der Geburtsvorbereitung eine besondere Bedeutung zu. Bewusste und unbewusste Ängste der Frauen vor der Geburt, „(...) unter Schmerzen sollst Du gebären (...)“ sind von großer Tragweite für den Geburtsvorgang.

Das Erlebte aus der intrauterinen Zeit ist prägend für das ganze Leben des Menschen. Angst, Stress und Schmerz aus dieser Phase werden das ganze Leben lang immer wieder neu aktiviert und können im aktuellen Erleben nicht zugeordnet werden.

Insbesondere bei Neubeginn, beziehungsweise Schwellensituationen werden diese Inhalte immer wieder präsent. Angefangen bei der Geburt, bis zu ersten Ablösungsschritten durch Kindertarteneintritt, Schulanfang, Pubertät, Übergang zum Erwachsenenalter, Heirat und Schwangerschaft beeinflussen die alten Erinnerungsmuster.

Weil in dieser frühen Zeit im Mutterleib kein rationales Verständnis vorhanden ist, kann der Erwachsene im späteren Leben seine oft

unangemessenen Reaktionen und/oder Emotionen nicht einordnen.

Christiane Chini, Hebamme und in Ausbildung für therapeutische Hypnose befindliche Therapeutin bei der GTH und die Autorin haben das umfangreiche Wissen von W. J. Meinhold und die Erfahrungen von Frau Chini aus ihrer 40-jährigen Praxis als Hebamme zusammengeführt und einen Geburtsvorbereitungskurs entwickelt, als Aus-/Weiterbildungsgang für Hebammen und andere interessierte therapeutisch Arbeitende.

Dieses Kursangebot umfasst spezielle Techniken zur Geburtsvorbereitung in Hypnose. Grundlagen der Hypnose, Grundlagen der Psychologie, klassische Entspannungsverfahren, Theorie zur Symbiose und andere. Fundierte Kenntnisse über Hypnosebewusstsein und Symbiose sind hierbei unerlässlich.

Ziel des Geburtsvorbereitungskurses ist es, die Schwangere zu befähigen sich selbst zu entspannen und so den Kreislauf von Angst – Verkrampfung – Schmerz zu überwinden und sie somit zu einer selbstbestimmten Geburt zu führen.

Auch die weitreichenden Erkenntnisse von Dr. Grantly Dick-Read (1890 bis 1959), englischer Gynäkologe, fließen ein in die Entwicklung des Geburtsvorbereitungskurses. Er setzte sich für die „natürliche Ge-

burt“ ein und bezeichnet den Geburtsvorgang als Arbeit für die Frau. Dick-Read beschreibt die Zusammenhänge von Angst – Verkrampfung und Schmerz bei der Geburt sowie Unwissenheit als die schlimmsten Feinde einer natürlichen Geburt. Das englische Wort für Wehe heißt übrigens labour = Arbeit. Deshalb benutzen wir in unseren Geburtsvorbereitungskursen das Wort Kon-



Viele Frauen besuchen vor der Geburt einen Geburtsvorbereitungskurs. In dem hier vorgestellten werden spezielle Techniken zur Geburtsvorbereitung in Hypnose gelehrt.

Foto: Fotolia – Syda Productions

Die **Deutsche Gesellschaft für Therapeutische Hypnose und Hypnoseforschung e.V. (GTH)** bietet seit nunmehr 25 Jahren qualifizierte Aus- bzw. Weiterbildungsgänge an. Das Angebot richtet sich an medizinische und naturheilkundliche Behandler und Psychotherapeuten und an Berufsgruppen, bei deren Tätigkeit der Mensch im Mittelpunkt steht, Lehrer, Sozialarbeiter, Erzieher, Physiotherapeuten, Hebammen und so weiter. Auch Personen, die in der Prävention, im Coaching oder im Management und Handel arbeiten, sowie interessierte Laien, können ihr Spektrum an Fähigkeiten mit dem Wissen über Hypnose erheblich erweitern.

traktion (= Zusammenziehung) statt Wehe (=mittelhochdeutsch Schmerz, Leid).

Hypnose ist nach Werner J. Meinhold, Begründer der Hypno-Integrativen Tiefenpsychologischen Therapie (kurz H.I.T.T.®), der erste Bewusstseinszustand des Menschen. Er ist neben Schlaf- und Wachzustand ein dritter natürlicher Bewusstseinszustand. Von der tiefsten Hypnose (ältester Bewusstseinszustand) bis zum hellsten Wachsein und auch zum Schlaf bestehen fließende Übergänge. Nach seinen Forschungen sind die ältesten Gehirnschichten bereits in der Zeit im Mutterleib aktiv und Träger der tiefen hypnotischen Zustände.

Zum besseren Verständnis erwähne ich hier (sehr abgekürzt) die Phasenlehre nach Sigmund Freud, modifiziert von W. J. Meinhold: Die menschliche Entwicklung läuft in Phasen ab. Sie beginnt mit der Zeugung, es folgt die intrauterine Phase, die Geburt, die orale Phase, die erste Reifungsphase, die anale Phase, die genitale Phase, Individuationsphase und Ablösungsphase.

W. J. Meinhold hat mit seiner Hypno-Integrativen Tiefenpsychologischen Therapie (H.I.T.T.®) die Möglichkeit geschaffen, auch die frühen Phasen der Kindheit, die bis zum ca. 6. Lebensjahr in natürlicher Hypnose verlaufen, zugänglich zu machen und in der lebensgeschichtlichen Analyse in der Hypnose zu bearbeiten. Die intrauterine Phase ist eine Seinsphase, die bestmöglich erfüllt sein sollte.

Die Idealinhalte der intrauterinen Phase sind die Erfahrungen der bedingungslosen Grund-Akzeptanz, das heißt Liebe ohne besondere Wünsche oder Bedingungen. Gute Voraussetzungen hierfür sind, insbesondere bei der Mutter, dass sie sich frei von Angst und Erwartungsdruck auf das Kind freuen kann. So erfährt das Ungeborene die Befriedigung

aller Grundbedürfnisse in der symbiotischen Einheit.

Dieser erste Entwicklungsschritt ist die Grundlage aller anderen Phasen. Seine Erfüllung, beziehungsweise seine Fehl- und Falschprägungen bestimmen im hohen Maße die folgende Entwicklung. Siehe auch Werner J. Meinhold: Das große Handbuch der Hypnose.

Alle nachfolgenden Phasen sind Prozessphasen und sind natürlicherweise repetitiv und wiederholen sich das ganze Leben lang. Die Tatsache, dass die intrauterine Phase (auch symbiotische Phase genannt) für das Kind im tiefsten Hypnosebewusstseinszustand stattfindet, sollte somit in der Geburtsvorbereitung eine besondere Beachtung finden.

„Wenn eine Mutter mit anderen kämpft, während sie schwanger ist, wird das Kind bei der Geburt kämpfen und viel Schmerz verursachen. Das Kind wird kämpfend und streitend aufwachsen.“

Zitat an aus dem Buch von Marie F. Mongang, HypnoBirthing, Der natürliche Weg zu einer sicheren, sanften und leichten Geburt, 5. Auflage, 2014.

Weitere Informationen zum Kursangebot erhalten Sie bei der Autorin.

Literaturhinweis

- [1] *Das große Handbuch der Hypnose: Theorie und Praxis der Fremd- und Selbsthypnose*, W. J. Meinhold, CO.med Verlag
- [2] *Das kleine Handbuch der Hypnose* von W. J. Meinhold, Edition CO.med Verlag, Mediengruppe Oberfranken, 2013
- [3] *Mutterwerden ohne Schmerz, Die natürliche Geburt*, Grantly Dick-Read, von Snaith und Coxon, Hoffmann und Campe Verlag, 21. Auflage, 1981



Heidi Weiß

ist Heilpraktikerin und arbeitet seit 2003 in eigener Praxis. Seit 2008 ist sie Therapeutin für tiefenpsychologisch analytische Hypnose der GTH. Sie ist tätig als Dozentin bei der GTH und Lehranalytikerin i. S. (GTH). Dozentin an der Mercurius Heilpraktikerschule in Saarbrücken.

Schwerpunkte in ihrer Praxis sind die lebensgeschichtliche Analyse, sowie die Fokalanalyse in Hypnose mit der H.I.T.T.® in der Einzeltherapie. Weiterhin noch Autogenes Training, Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson, Selbsthypnose in der Schwangerschaft und bei der Geburt, Katakthym-Imaginative Psychotherapie (KIP), Psychodrama und Systemische Aufstellungen.

Kontakt:

Heidi Weiß
Heilpraktikerin
An der Heid 6
35579 Wetzlar-Steindorf
Tel.: 06441 / 44 95 877

Seminarplan Dezember 2017

Dezember			
09. / 10.	Mannheim	Praxisseminar: Psychotherapeutische Interventionen	Block B P2
16. / 17.	Nipmerow	Spiritualität im Alltag und in der Therapie: Zeit des Nordens und der Erde Dipl. Psych. Andrea Wernicke	Block S4
Änderungen vorbehalten. Den aktuellen Stand finden Sie auf unserer Homepage. Seminargebühren 265,- €, incl. Skript u. Getränke (GTH Mitglieder minus 10%) Zeiten: Sa 11.00 Uhr bis So 16.00 Uhr Anmeldung über die GTH Geschäftsstelle Großgasse 15, 66954 Pirmasens, Tel. 06331 6818042 E-Mail: info@d-gth.de			

Ein Anmeldeformular finden Sie auch auf unserer Homepage www.d-gth.de
Jedes Seminar kann auch außerhalb eines Ausbildungsgangs als Gasthörer besucht werden.