

Wellmother Shiatsu Skills für Hebammen I Grundlagen + Geburt

Datum:	24. und 25. September 2018, jeweils 9 bis 17 Uhr
Ort:	Europäisches Shiatsu Institut Margaretenstraße 32/6 1040 Wien
Kosten:	€ 220,-, max. 22 Teilnehmerinnen
Anmeldung:	Über das Europäische Shiatsu Institut: https://www.esi-austria.at/spezialseminare-2/hebammen-1/
Referentinnen:	Alexandra Gelný und Johanna Garnitschnig (Shiatsu-Praktikerinnen / Wellmother Lehrerinnen)

Vom ÖHG mit 24 freien FB-Punkten als Fortbildung anerkannt.

In diesem Kurs erfahren und üben Sie, wie Sie als Hebamme durch das Erlernen von Shiatsu Skills einfühlsame Berührung gezielt und bewusst in Ihre Arbeit mit Schwangeren und Gebärenden integrieren können und so Frauen und Babys noch effektiver unterstützen können.

Shiatsu ist eine einfühlsame, ganzheitliche Form der Körperarbeit, die aufgrund ihrer positiven Wirkung für Schwangerschaft und Geburt bereits vor über 100 Jahren in der Arbeit traditioneller japanischer Hebammen verankert war. Dieses Wissen fließt in das von Suzanne Yates entwickelte Wellmother Shiatsu ein.



Einen besonders wichtigen Stellenwert nimmt dabei die Förderung einer guten Verbindung der Schwangeren zu sich selbst, und zwischen Mutter und Baby ein.

Es geht aber nicht nur um Techniken. Shiatsu ist achtsame Berührungs-Qualität, entspannte Präsenz, Zentriertheit und Selbstfürsorge.

Für den Workshop sind keine Shiatsu-Vorkenntnisse notwendig

Inhalte

Wissen

- Theoretische Grundlagen von Shiatsu in der Geburtshilfe
- Einführung in Grundkonzepte der TCM (Qi, Jing, Meridiane) in Bezug auf Schwangerschaft und Geburt

Shiatsu

- Shiatsu-Praxis: Grundprinzipien, Berührungsqualität, Techniken, Positionen
- Behandlungsmöglichkeiten zur Entspannung von Bauch, Rücken, Becken und Schultern
- Erlernen und Üben spezifischer Shiatsu-Techniken für die Geburtsvorbereitung und Geburt:
 - Unterstützung einer guten Verbindung zwischen Mutter und Baby
 - Stimulierung von geburtsunterstützenden Punkten auf Meridianen (entsprechen Akupunkturpunkten) mit vielfältigen möglichen Wirkungen, zum Beispiel:
 - vor der Geburt: Entspannung und Öffnung im Becken, Tiefertreten des Kindes, Geburtseinleitung
 - unter der Geburt: Anregung der Wehentätigkeit, Öffnung des Muttermunds, Schmerzlinderung, Tonisieren der Gebärmutter, Beruhigung und Zentrierung, Unterstützung der Plazenta-Ablösung
 - Shiatsu am Kreuzbein in verschiedenen Positionen
 - Shiatsu in Wehenpausen zum Kraft-Tanken
 - Möglichkeiten, mit zentrierenden Shiatsu-Techniken ein positives Geburtserlebnis zu unterstützen

Shiatsu-inspirierte Körperübungen

- Das Ankommen im eigenen Körper als Voraussetzung für Shiatsu – atmen, spüren, bewegen
- Shiatsu-inspirierte Meridian-Übungen, Atemübungen und Visualisierungen (für Klientinnen und zur Selbstfürsorge).

Einige der erlernten Techniken eignen sich gut dafür, sie auch den Partnern / Vätern weiterzuvermitteln. Manche Punkte können auch von den Frauen selbst zur Geburtsvorbereitung oder während der Geburt stimuliert werden.

Wir werden die Shiatsu-Techniken in verschiedenen (Geburts-)Positionen zeigen und üben: auf der Matte (oder am Massagetisch), im Vierfüßlerstand (mit Unterstützung eines Gymnastikballs), sitzend (Gymnastikball).

Jede Teilnehmerin erhält ein Skriptum.

Mitzubringen:

Bequeme Kleidung, Leintuch, kleines Tuch / Handtuch für Kopfpolster, Schreibzeug

Wellmother Shiatsu Skills für Hebammen

Das Curriculum für Hebammen umfasst insgesamt 3 Kurse zu je 2 Tagen:

- Wellmother Shiatsu Skills für Hebammen I - Grundlagen + Geburt (= dieser Kurs)
- Wellmother Shiatsu Skills für Hebammen II – Geburt (Vertiefung) + Schwangerschaft + Wochenbett: 3. und 4.12.2018
<http://www.esi-austria.at/spezialseminare-2/hebammen-2>
- Wellmother Shiatsu Skills für Hebammen III – Vertiefung + Spezialthemen: Frühling 2019

Die Absolvierung eines oder mehrerer Wellmother Shiatsu Skills-Workshops befähigt die Teilnehmerinnen, die erlernten Shiatsu Skills in ihre Hebammenarbeit zu integrieren, berechtigt aber nicht dazu Shiatsu-Behandlungen anzubieten oder als Shiatsu-Praktikerin tätig zu sein.

Um Shiatsu in Österreich professionell auszuüben, ist eine Ausbildung zur diplomierten Shiatsu-Praktikerin (Ausbildungsdauer 3 Jahre) notwendig.

Alexandra Gelyny



- Diplomierte Shiatsu-Praktikerin (ÖDS Qualified Practitioner)
- ÖDS Qualified Trainer
- Diplomierte Wellmother Shiatsu Practitioner
- Diplomierte Wellmother Lehrerin
- Business Coach

Eigene Praxis in Wien seit 2010 mit Schwerpunkt Begleitung von Frauen und deren Partnern während der Kinderwunschzeit, der Schwangerschaft und rund um die Geburt (Geburtsvorbereitung, Geburt, Wochenbett, Zeit danach), Shiatsu mit Babys und Kindern. Shiatsu-Unterrichtstätigkeit in Österreich, Ungarn, Italien und der Schweiz (Shiatsu-PraktikerInnen, Hebammen, Laien)

www.shiatsu.wien

Johanna Garnitschnig



- Diplomierte Shiatsu-Praktikerin (ÖDS Qualified Practitioners)
- ÖDS Qualified Trainer
- Diplomierte Wellmother Shiatsu Practitioner
- Diplomierte Wellmother Lehrerin
- Klinische und Gesundheits-Psychologin

Spezialisiert auf die Begleitung von Frauen und ihren Partnern während der Kinderwunschzeit, der Schwangerschaft, zur Geburtsvorbereitung und in der Zeit nach der Geburt, Shiatsu mit Babys und Kindern. Shiatsu-Unterrichtstätigkeit in Österreich, Ungarn und Italien (Shiatsu-PraktikerInnen, Hebammen, Laien)

www.shiatsu-vienna.net

www.wellmother.org

<http://www.esi-austria.at/>