

# CONSCIOUS EMBODIMENT TRAININGS



## **Integratives Baby Therapie Training**

mit Matthew Appleton  
und Team

**Curriculum 2019-2022**

Inhalt, Kosten und Konditionen

## **Das 12 Module umfassende Training beinhaltet 8 Lehrmodule und 4 Selbsterfahrungsmodule**

Die **Lehrmodule** setzen sich zusammen aus Seminaren, Demonstrationen mit Babys und ihren Familien, Gruppendiskussionen und Übungen zur Selbsterfahrung. Die Lehrmodule richten sich an Fachleute, die bereits praktisch mit Babys und ihren Familien arbeiten, jedoch ihr Wissen dahingehend vertiefen möchten, wie Babys ihre pränatalen Erfahrungen und ihre Geburtserfahrungen mitteilen. Darüber hinaus vermitteln die Module, wie frühe Traumata therapeutisch behandelt werden können. Außerdem sind die Module für diejenigen Therapeuten interessant, die den Einfluss der prä- und perinatalen Phase auf ältere Kinder, Jugendliche und Erwachsene verstehen möchten. Ehemalige Teilnehmer waren Hebammen, Doulas, Craniosakral Therapeuten, Osteopathen, Kinderärzte, Kinderkrankenpfleger Stillberater, Massagetherapeuten, Psychologen und nachgeburtliche Yoga-Lehrer.

Der Schwerpunkt des Kursmaterials liegt auf der Vermittlung von praktischen Fertigkeiten mit Bezug zu klinischen Themen und theoretischem Wissen, das für die Eltern notwendig ist um ihre Babys zu verstehen. Die Teilnehmer\*innen werden dazu ermutigt, das Gelernte auf ihre eigene und authentische Art in ihre Praxis zu integrieren - egal ob Hebamme, Therapeut, Doula oder Arzt. Das theoretische Material wird dabei so einfach wie möglich gehalten, um der praktischen Anwendung in der Therapie mit Babys, Kindern und ihren Familien mehr Raum zu geben.

Die **Selbsterfahrungsmodule** benutzen Verkörperungsprozesse, die durch jahrelange Forschung und durch klinische Erfahrungen in der Prä- und Perinatalpsychologie entwickelt wurden. Der Kurs will durch erfahrungsbezogene und kognitive Aufmerksamkeit erschließen, wie unsere Geburt uns geformt hat. Indem wir wissen, wie die Geburtserfahrung uns geformt hat und wie wir ungelöste Traumata klären können, können wir mit den Babys verkörperte Resonanz entwickeln. Dadurch verhindern wir auch Projektionen unserer eigenen ungelösten Fragen in der Therapiesitzung.

Im Kurs werden vier unterschiedliche Geburtsphasen aus der Perspektive der Babys untersucht. Diese vier Phasen sind für die Babys Belastung und Herausforderung zugleich und um sie herum kreisen Themen, die uns unser Leben lang beeinflussen. Jedes dieser vier Module fokussiert eine der Phasen, sodass wir den Einfluss unserer einzigartigen Geburtsreise erkennen und anerkennen können. In jedem Modul werden Techniken erlernt, die die Rückbildung unterstützen. Während der gesamten Kursdauer werden wir uns Zeit nehmen, die erfahrungsbezogene Arbeit miteinzubeziehen und neue Ressourcen sowie Möglichkeiten zu entdecken. Um einen Raum zu kreieren, in dem die Teilnehmer sich sicher fühlen, diese frühen und verwundbaren Phasen zu erkunden, werden im ersten Modul neben der Diskretion auch andere Regeln etabliert. Ein empathischer und respektvoller Umgang soll während des ganzen Seminars aufrecht erhalten werden.

Die integrative Babytherapie bezieht sich auf eine Reihe von Quellen, wie zum Beispiel auf die Prä- und Perinatalpsychologie, die Körperpsychotherapie und die Craniosakraltherapie. Des Weiteren beruht sie auf jüngsten Forschungen in den Bereichen der Selbstregulierung, Neurobiologie, Epigenetik, biodynamischen Embryologie, Feldtheorie, Bindungstheorie, Traumatologie, Bewusstseinsforschung und interkulturellen Studien. Der Kurs baut auf mehr als zwei Jahrzehntelanger klinischer Erfahrung und Lehrerfahrung auf.

## Inhalt der Lernmodule

---

### **Modul I: 11.- 13. Juni 2020**

#### **Geburtsthemen und diagnostische Fähigkeiten in der Babyarbeit**

Üblicherweise werden die Phasen des Geburtsprozesses aus der Sicht der Mutter und der Bedenken der Geburtshelfer definiert. In diesem Modul betrachten wir die Geburt aus der Perspektive des Babys. Hier können vier voneinander abgrenzbare Stadien unterschieden werden, mit jeweils eigenen physischen und psychischen Konsequenzen. Die Teilnehmer\*Innen lernen:

- körperliche Geburtsmuster und die Babykörpersprache zu identifizieren, mit der Babys versuchen, ihre Geburtserfahrung zu kommunizieren
- durch genaue Empathie die Babys in ihren Geburtsgeschichten unterstützen
- den Eltern helfen zu verstehen, was ihre Babys ausdrücken und das Loslassen ungelöster Schocks und Traumata im Familienfeld zu unterstützen
- Identifikation der 'Möglichkeitszone', in welcher die Auflösung des Geburtstraumas stattfinden kann
- „Spiegelungsfähigkeiten“ entwickeln, um eine empathische Verbindung mit den Babys aufzubauen
- die Beziehungsdynamiken zwischen Mutter und Baby während der Geburt verstehen
- Auswirkungen ungelöster Geburtstraumata auf das spätere Leben verstehen
- Palpieren bei Geburtsmustern

---

### **Modul II: 09.- 11. November 2020**

#### **Nabelthemen: Klinische und diagnostische Fähigkeiten in der Babyarbeit**

Die Nabelschnurbeziehung zwischen dem Ungeborenen und der Mutter beeinflusst alle folgenden Beziehungen, d. h. Auch die Beziehung zwischen Mutter und Neugeborenem im Anschluss an die Geburt. Dieses Modul konzentriert sich auf die Art, wie Ungeborene sich zu der Nabelschnur verhalten und die Gefühlstöne, die mit dem mütterlichen Emotionszustand und den hinzugefügten Giftstoffen zusammen hängen, wie auch die Rolle der Plazenta und das Durchschneiden der Nabelschnur bei der Geburt. Die Teilnehmer\*Innen lernen:

- Einführung in die Struktur und Funktion der Nabelschnur im pränatalem Zustand

- Verständnis der physiologischen Veränderungen verstehen, die beim Schneiden der Nabelschnur während der Geburt entstehen
  - Achtsamkeit für die Nabelschnurdynamik im Beziehungsfeld entwickeln
  - Palpieren und lösen des Nabelschocks in Bezug zum frühen Schneiden der Nabelschnur
  - Erkennen und arbeiten mit dem „Erst-Atem-Syndrom“
  - Unterstützung der Babies mit Nabelschnurdynamik durch genauer Empathie
  - Verständnis der psychologischen und physischen Auswirkungen ungelöster Nabelschnurthemen für das spätere Leben
- 

### **Modul III: 13.-15. November 2020**

#### **Die Arbeit mit dem Familienfeld**

Das Finden des korrekten Tempos und Tones ist essentiell für die Schaffung eines sicheren Raumes, in dem die Tiefenarbeit mit Babys und Kindern geschehen kann. Während dieses Moduls geht es um das Schaffen von Vertrauen im Beziehungsfeld der Familie und darum stabile innere Ressourcen zu entwickeln, um den Geschichten der Babys zuzuhören. Die Teilnehmer\*Innen lernen:

- die Bedürfnisse von Eltern mit genauer Empathie zu unterstützen
  - die Toleranzschwellen im familiären Beziehungsfeld zu erkennen
  - sich die Erlaubnis von Eltern und Babys einzuholen
  - genau zuzuhören und empathische Zurückhaltung zu üben
  - die Auswirkungen von ungelösten Schocks und Traumata auf das Bindungsgeschehen zu verstehen (das Kontinuum von ‚gedeihen und anstreben‘ (,thrive /strive continuum‘))
  - die Geburtsliegeseiten identifizieren zu können
  - Differenzierung zwischen Bedürfnisweinen und Erinnerungsweinen
- 

### **Modul IV: 20.- 22. März 2021**

#### **Geburtsinterventionen und ihre Folgen**

Geburtsinterventionen sind unterteilt in mechanische Interventionen (wie z. B. Zangen, Vakuumextraktion, Kaiserschnitt) und chemischen Interventionen (wie z. B. Anästhesie und Drogen). Diese Interventionen hinterlassen einen Eindruck auf die Psyche des Babys und haben Langzeitfolgen. Die Teilnehmer\*Innen lernen:

- zu erkennen, welchen Einfluss die Geburtshelferinterventionen auf die Geburt haben
  - die Eltern darauf aufmerksam zu machen, wie diese Interventionen sich im Verhalten des Babys zeigen und Möglichkeiten aufzeigen, wie sie ihr Baby dabei unterstützen können, den selbst-limitierenden Einfluss der Interventionen zu bewegen
  - Babys mit „Bewegungserleichterungstechniken“ unterstützen, um den Geburtsprozess zu vervollständigen, der durch Interventionen unterbrochen wurde
  - Rekapitulationsstile verstehen, die später im Leben auftreten und mit Geburtsmustern und Interventionen zusammenhängen
-

**Modul V: 25.- 27. Juni 2021**

### **Pränatalthemen und diagnostische Fähigkeiten in der Arbeit mit Babys**

Das konventionelle medizinische Verständnis des Bewusstseins als biomechanische und bioelektrische Prozesse im Gehirn hat das Verständnis des pränatalen Lebens begrenzt. Jedoch haben Untersuchungen im Bereich des Fötusursprungs und der Prä- und Perinatalpsychologie gezeigt, dass das pränatale Leben einen riesigen Einfluss auf unsere Selbstwahrnehmung und die Wahrnehmung der Welt hat. Dieses Modul erkundet das Thema des pränatalen Bewusstseins in den ersten Wochen des intrauterinen Lebens. Teilnehmer\*Innen lernen:

- die prägenden pränatalen Themen als etwas erkennen, das durch Babykörpersprache ausgedrückt wird
- die Zellerfahrung wahrnehmen, die auf der Ebene des Organismus ausgedrückt wird
- das 'verlorene Zwillingssyndrom' erkennen und die Familien dabei unterstützen, den verlorenen Zwilling anzuerkennen
- die Folgen von ungelösten pränatalen Traumata im späteren Leben verstehen zu können

---

**Modul VI: 08.- 10. November 2021**

### **Die Geburt und darüber hinaus**

In diesem Modul kehren wir zur Geburt zurück. Der Schwerpunkt liegt auf den besonderen Problemen und Bedingungen, die aus ungelösten pränatalen und Geburtstraumata entstehen. Zentral ist hier nicht nur die Behandlung, sondern auch die Unterstützung von Eltern und wie wir sie dazu befähigen, zu verstehen, was in ihren Babys vor sich geht. Es sollen Herausforderungen identifiziert und Eltern dabei unterstützt werden, diese zu finden. Dieses Modul unterstützt die TeilnehmerInnen darin:

- die Bedeutung des erweiterten 'Gebärmutterfeldes' zu verstehen; eine Periode, die bis zu neun Monate nach der Geburt anhält
- Hörfähigkeiten und präsent sein vertiefen, um verzweifelte Eltern und Babys zu unterstützen
- Atmungsstile identifizieren und ihre Beziehung zu Stressfaktoren erkennen (bei Babys und Eltern)
- erkennen, wie frühe pränatale Schwierigkeiten und Geburtsprobleme ein Hindernis beim Stillen und Bonding sein können
- tiefliegende Ressourcen der Eltern erkennen, um das Erinnerungsweinen zu tolerieren
- Eltern helfen, ihre Babys inner- und außerhalb des Behandlungsraumes zu unterstützen
- Aufmerksamkeit für die eigene Selbstfürsorge der Praktizierenden entwickeln.

---

**Modul VII: 28. Februar - 02. März 2022**

### **Die ‚Bioenergie des Wohlbefindens‘**

# Die ‚Bioenergie des Wohlbefindens‘ wurde vom Kraniosteopathen Rollin Becker beschrieben und ist eine rhythmische Kraft, die „im Moment der Empfängnis beginnt und bis zum letzten Moment

unseres Lebens anhält“. Dieses Modul erforscht die Verbindung zwischen unserer Fähigkeit, diese Bioenergie des Wohlbefindens auszudrücken, den vegetativen Zuständen und der Haltequalität im Beziehungsfeld. Der Fokus liegt hier auf der prophylaktischen Arbeit zur Unterstützung von Wohlbefinden, Bonding und Bindung. Die Teilnehmer\*Innen lernen:

- die Rolle der embryonalen Biodynamik in Entstehung und Erhaltung des menschlichen Organismus
- wie vegetative Zustände, Bonding und Bindung unterstützen oder beeinträchtigen
- die Polyvagaltheorie und die Rolle des ‚Systems sozialen Engagements‘
- die Funktion der ‚Panzerung‘ als einen Selbstschutz-Reflex bei Babys
- behutsam durch Augenkontakt mit den Babys zu arbeiten
- die Beziehung von Emotionen und Gesundheit im späteren Leben

---

**Modul VIII: 10.- 12. Juni 2022**

### **Übergänge**

Die Übergangsstadien von Säuglingszeit, Kindheit und Pubertät stellen wichtige Entwicklungsschritte dar. In diesem Modul betrachten wir einige der besonderen physiologischen und psychologischen Hürden für Kinder und Heranwachsende und deren Verbindung zu pränatalen Themen und Geburtsthemen. Ungelöstes Trauma taucht in Form von Verhaltens- oder Gesundheitsproblemen wieder auf und wird oft durch einen unbewussten Umgang mit den frühen Ursprüngen dieser Schwierigkeiten verstärkt. Wir werden uns außerdem häufige Beschwerden und Probleme bei Kindern ansehen. In diesem Modul lernen die Teilnehmer\*Innen:

- mit älteren Kindern und Erwachsenen arbeiten
  - die wichtigen Übergangsphasen in der Kindheit kennen und wie diese Phasen frühe Traumata stimulieren können
  - die Eltern unterstützen, die bestimmten pränatalen Traumata und Geburtstraumata zu erkennen, mit denen ihr Baby kämpft und Strategien entwickeln, wie die Babys dabei unterstützt werden können
  - unterschiedliche Bindungsstile verstehen und wie diese mit der Prä- und Perinatalerfahrung in Verbindung stehen
  - verstehen, wie frühe Interventionen mit der Integrativen Babytherapie zu gesünderem Verhalten und emotionalem und körperlichem Wohlbefinden in Kindheit, Pubertät und erwachsenem Leben beitragen kann.
-

# Selbsterfahrungsmodule

---

**Exp. I:** 24.- 27. März 2021 (im Anschluss an Modul IV)

## Phase 1 - die Dynamik des Beckeneingangs

Die Themen dieser Phase bewegen sich um den Beginn der Geburt aus der Perspektive des Babys. Weil der Muttermund noch geschlossen ist, ist keine Vorwärtsbewegung möglich. Während die Phase 1 fortschreitet, geraten die Babys durch die Wehentätigkeit des Uterus unter beträchtlichen Druck (ca.  $7\text{kg}/\text{cm}^2$ ). Wenn sich der Muttermund öffnet und das Baby in das Becken hinabgleitet, wird der fötale Schädel von den Beckenknochen der Mutter stark zusammengepresst. Der Körper erinnert sich an diese Erfahrungen. Die Trainees versuchen, die Körperposition zu finden, in der sie sich befunden haben, als sie diesen Kräften ausgesetzt waren. Sie erfahren so, welchen Einfluss diese Erfahrung auf sie hatte. Jede der vier Geburtsphasen prägt uns für unser gesamtes Leben psychisch, körperlich und spirituell. Zu den mit dieser Phase verbundenen Themen zählt:

- wie gehen wir in unserem Leben mit Druck und Stress um
- sind wir bereit, in unserem Leben vorwärts zu gehen
- wie initiieren wir neue Projekte und wie gehen wir mit neuen Erfahrungen um
- unser Selbstwert: "Ich muss ein schlechter Mensch sein, wenn ich so etwas verdient habe!"
- unser Tempo in unserem Leben
- ein Gefühl von Ausweglosigkeit, wenn wir unter Stress geraten

---

4

**Exp. II:** 29. Juni - 02. Juli 2021 (im Anschluss an Modul V)

## Phase 2 - die Dynamik im mittleren Becken

Die menschliche Geburt ist einzigartig, weil wir die einzige Säugetierart sind, die ihre Köpfe drehen müssen, um auf die Welt kommen zu können. Diese Bewegung geschieht im mittleren Becken und ist oft sehr anstrengend. Obwohl diese Phase die kürzeste der Geburt ist, sind mit der Phase doch fundamentale Auswirkungen verknüpft. Die Mütter erleben in dieser Phase oft größeren Schmerz und häufig werden in diesem Stadium Schmerzmittel und Epidural-Anästhesie verabreicht. Diese Interventionen überwältigen das Bewusstsein und die Physiologie des Babys und stören sein Gefühl von Verbundenheit mit der Mutter. Zu den mit diesem Stadium verbundenen Themen gehören:

- wie fällen wir Entscheidungen („wo muss ich lang?“)
- unsere Fähigkeit oder Bereitschaft, uns ganz auf etwas einzulassen
- unsere Fähigkeit, unserer Intuition zu trauen und ein Gefühl für unser Lebensziel zu haben
- unsere Fähigkeit, uns in unserer Umgebung und mit anderen Menschen orientieren zu können
- wie wir mit Stress in Beziehungen umgehen

- wie wir mit körperlichem und emotionalem Schmerz umgehen - betäuben wir ihn oder werden wir von Angst überflutet?
- 

**Exp. III:** 12.- 15. November 2021 (im Anschluss an Modul VI)

### **Phase 3 - Die Dynamik des Beckenausgangs**

In der Phase I der Geburtsreise liegt der Kopf des Babys quer im Verhältnis zum Beckeneingang. Durch die Drehung im mittleren Becken befindet sich der Kopf nun in einer antero-posterioren Position im Verhältnis zum Beckenausgang. Diese neue Position bringt neue Herausforderungen mit sich und intensiven physischen Druck. Dies ist das letzte Stadium der Geburtsreise, in der sich das Baby noch innerhalb des Körpers der Mutter befindet. Zu diesem Zeitpunkt ist das Baby häufig erschöpft. Die Nabelschnur kann zusammengepresst und die Sauerstoffzufuhr damit herabgesetzt sein. Während sich das Baby auf die Außenwelt zubewegt, werden die Eindrücke davon deutlicher, wie diese Welt beschaffen ist. Frühere pränatale Prägungen um die Themen, wie wir in der Gebärmutter willkommen geheißen wurden (Gefühle der Eltern bei der Entdeckung der Schwangerschaft), können unsere Erwartung bestimmen, wie wir wohl begrüßt werden, wenn wir die Gebärmutter ganz verlassen. Zu den mit diesem Stadium verbundenen Themen zählt:

- wie wir Projekte beenden
  - unsere Fähigkeit, unter Druck durchzuhalten - übergehen wir unsere Erschöpfung oder kollabieren wir?
  - wie erwarten wir von anderen in sozialen Situationen willkommen geheißen zu werden?
  - wie stellen wir uns anderen dar?
  - Angst vor der Zukunft.
- 

**Exp. IV:** 04.- 07. März 2022 (im Anschluss an Modul VII)

### **Phase 4 - Restitution und Erscheinen**

Dies beschreibt den Zeitraum vom Auftauchen des Kopfes und Körpers des Babys in der äußeren Welt bis zu dem Zeitpunkt, an dem die Familie nach Hause geht (wenn es eine Krankenhaus-Geburt gewesen ist). Das kann für ein Baby auf der Neugeborenen Intensivstation eine sehr lange Zeit. Bei Hausgeburten erstreckt sich diese Phase bis zu dem Zeitpunkt, an dem das medizinische Personal die Familie verlassen hat und sie zur Ruhe kommen kann. Wenn wir aus der Gebärmutter herauskommen, erhalten wir unsere ersten Eindrücke von der Welt und wie sie uns begrüßt. Die Umwelt des Babys verändert sich temperaturmäßig von einer flüssigen, mit ungefähr 37 °C, hin zu einer aus Luft bestehenden, mit ungefähr 18-20 °C. Wir bewegen uns von der Dunkelheit ins Licht, was oft harsch und durchdringend ist; von den gedämpften Klängen in der Gebärmutter hin zum Lärm des Kreissaals. Zum ersten Mal werden Baby und Mutter voneinander getrennt. Zugleich kann es eine Vielzahl von invasiven Prozeduren geben, wenn das Baby gereinigt, abgesaugt, gewogen und oft eher grob wie ein Objekt behandelt wird. Üblicherweise wird die Nabelschnur zu früh



durchtrennt, bevor sie zu pulsieren aufgehört hat, was die Trennung von der Mutter noch schockierender macht. Wie wir in diesem Stadium begrüßt werden, gibt uns auf einer tiefen Ebene eine Information darüber, wie die Welt, die wir gerade betreten haben, beschaffen ist. Mit diesem Stadium verbundene Themen sind:

- die Angst vor Invasion
- Trennungsangst
- unsere Fähigkeit zur Intimität und unsere Bereitschaft ihr zu vertrauen
- unser Selbstwert - bin ich gut genug?
- die Angst ‚gesehen‘ zu werden
- ob wir uns von anderen willkommen fühlen oder nicht.

---

## **Kostenaufstellung, Workshopzeiten und Unterkunft/ Verpflegung**

---

### **Workshopdaten und Preise**

#### **Modul I - Modul VIII**

**Termine:** :09.- 11. Juni 2020 // 09.- 11. November 2020 // 13.-15. November 2020 // 20.- 22. März 2021 // 25.- 27. Juni 2021 // 08.- 10. November 2021 // 28. Februar - 02. März 2022 // 10.- 12. Juni 2022

jeweils 3 Tage, Beginn 1. Tag jeweils 10 Uhr // Ende 3. Tag jeweils 16 Uhr

Kosten pro Workshop 390,- Euro

#### **Selbsterfahrungsmodule I - IV**

##### **Termine:**

24.- 27. März 2021 (im Anschluss an Modul IV)

29. Juni- 02. Juli 2021 (im Anschluss an Modul V)

12.- 15. November 2021 (im Anschluss am Modul VI)

04.- 07. März 2022 (im Anschluss an Modul VII)

jeweils 4 Tage, Beginn 1. Tag jeweils 10 Uhr // Ende 4. Tag jeweils 16 Uhr

Kosten: 600,- Euro

#### **Gesamtkosten :**

12 Module mit 40 Tagen kosten

**5520,- Euro**

**Diese Kosten sind reine Weiterbildungskosten und beinhalten keine Unterkunft und Verpflegung.**

Seminarort ist das Seminarhaus Lichtblick in Hude bei Bremen. Unterkunft und Verpflegung sind eigenständig mit dem Seminarhaus abzurechnen:

Seminarhaus Lichtblick

Sandersfelder Weg 2

27798 Hude

Telefon 04408 92 32 45

[www.seminarhaus-lichtblick.de](http://www.seminarhaus-lichtblick.de)

Um Ihre Unterbringung und/oder Verpflegung während des Workshops zu reservieren, kontaktieren Sie bitte unbedingt das Seminarhaus Lichtblick unter der aufgeführten Kontaktadresse. Bitte melden Sie sich dort aus organisatorischen Gründen ebenfalls, wenn KEINE Unterkunft oder Verpflegung gewünscht ist, da allen Teilnehmer\*innen eine obligatorische Seminarhauspauschale berechnet wird (weitere Infos erhalten Sie vom Team des Lichtblicks).

Vielen Dank!