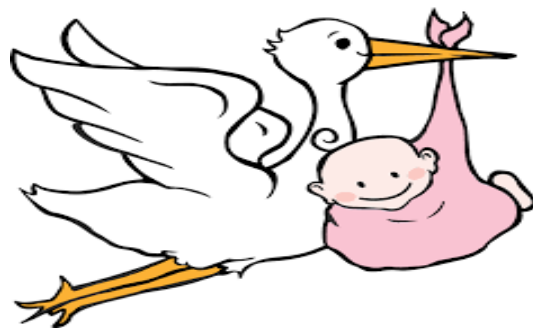


KG HIPNOSZÜLÉS

FELKÉSZÍTŐ TANFOLYAM



BOLDOG, BÉKÉS SZÜLÉS



Kinek ajánlom a Képzett Hipnózis Szülés Tanfolyamot?

Aki:

- hiszi, hogy a szülésnek nem kell szükségszerűen a fájdalomról szólnia
- boldog, békés, háborítatlan szülésre vágyik
- fél a szüléstől és szeretné leküzdeni
- szülés előtt áll és szeretne tudatosan felkészülni
- szült már, de most másképp szeretné
- vagy még csak tervezget, érdeklődik a téma iránt

Mi is az a hipnoszülés?

A „hipno” szó maga, sokak számára ijesztő, mert a média sokszor azt sugallja, hogy ilyenkor az ember kiszolgáltatott, irányítható. Valójában ez egyáltalán nem így van! Senkit nem lehet hipnózisban akaratán kívül irányítani. Sőt, aki önhipnózist gyakorol vajúadás alatt, az igazán maga irányítja a szülést, egy elmélyült állapotban, erős kapcsolatban a babával és saját testével. A hipnoszülés alap pillére a pozitív gondolkodás. A hipnoszülés önmunka. Mélyrelaxáció, vizualizáció, légzéstechnikák, és az agy átállítása a pozitív gondolkodásra, aminek természetesen fizikális jelentősége is van (izmok működése, hormon termelés stb).
Illetve a szülés természetes mivoltának hangsúlyozása, "úraélesztése". Cél minél több boldog baba és édesanya, édesapa..család!

A szülés természetes folyamat, amely nem fájdalomról, hanem örömteli várakozásról kell, hogy szóljon. Minden nő bír a szülés ősi tudományával.

Azzal, hogy elengeded a szüléssel kapcsolatos félelmet, negatív gondolatokat és aggodalmakat, közben növelve az önbizalmadat, megengeded annak a tökéletes rendszernek, amellyel már rendelkezik a tested, hogy hatékonyan és kényelmesen dolgozzon. Ebben segít a hipnoszülés.

Miért KG?

A KG tanítóm, az Angol származású Katherine Graves nevéhez fűződik. Katherine Graves a KG Hipnoszülés módszer alapítója. Hosszú évek tanulmányozása, kutatómunkája során állította össze a tanfolyam anyagát, szem előtt tartva a babák és édesanyák érdekeit, a háborítatlan, boldog, békés szülésért. Kiemelkedő tudásának, és intuitívitásának köszönhetően hozta létre ezt az átfogó, mély, szülésfelkészítő tanfolyamot, beépítve a nála megforduló párok szülésélményeit.

A tanfolyamok tartalma:

- pozitív képeket vizualizálunk
- önhipnózist tanulunk, melyre mindenki képes, hiszen egy rendkívül egyszerű technika
- az áldott állapottal kapcsolatos pozitív állításokat hallgatunk
- a szülést és vajúdást segítő légzéstechnikákat tanulunk.
- mély relaxációs technikákat tanulunk, gyakorlunk (ez segíti a természetes fájdalomcsillapító hormon, az endorfin termelését , elengedni a félelmeket, ellazulni, és magabiztosabbá válni)
- Néhány alapvető dolgot tanulunk a szülésről, illetve az elménk és testünk együttműködéséről.

A hipnoszülés előnyei:

- a szülés békés, boldog, természetes élményé válik
- megszünteti a félelem-feszültség-fájdalom szindrómát.
- elenyésző számban van szükség a szülés alatt gyógyszerek használatára, gátmetszésre
- csökken a medencefenék sérülésének kockázata.
- szülés után az édesanya energikus marad
- sokkal kisebb a szülés utáni depresszió kialakulásának esélye
- elmélyíti a kapcsolatokat, mivel együtt dolgoztok egy nyugodt, gyengéd szülés érdekében.
- az apa (segítőtárs) aktívan be van vonva, és fontos részévé válik a tapasztalatnak.
- rövidülhet a tágulási szakasz
- az édesanyákat nem fenyegeti hiperventilláció.

Segít-e a hipnoszülés császáros szülés esetén is?

Igen!

- Ugyanúgy segít a félelem elengedésben, önbizalom növelésben.
- Lerövidíti a felépülési időt.
- Segít felkészülni a szülésre, felkészíteni a babát a születésre.
- Csökkenti a szülés utáni depresszió esélyét
- Segít az esetleges szeparáció okozta stressz csökkentésében

Hol és mikor lesz legközelebb KGhipnoszülés tanfolyam?

Kozármislenyen

November 17. 18.

Mindkét nap 9-12 és 16-17 óráig.

A tanfolyam ára: 39.000Ft kismamáknak, és egy kísérő segítő társ ingyen jöhet mindenkivel. Ebben benne van a tanfolyam maga, a jegyzetek és a hanganyagok.

Várok szeretettel mindenkit!!

Jelentkezni www.kghipnoszules.com weboldalon, vagy a

06-30-613-69-66-os számon lehet. Illetve várok minden érdeklődőt szeretettel a facebookon a **hipnoszülés kérdezz-felelek** csoportban! Akinek kérdése van, hívjon bizalommal!

Ahhoz, hogy sikeres hipnoszülésben lehessen részed, nagyon fontos, hogy áldott állapotod ideje alatt, rendszeresen gyakorold a légző, vizualizációs és relaxációs gyakorlatokat.

A hipnoszülés egyszerű, gyengéd és mély.

A hipnoszülés megváltoztatja és megerősíti úgy az anyát, mint az apát és a nagyon pozitív hatása van a kisbabára, amely egész életére kihat majd. Biztos lehetsz abban, hogy a gyermeked a lehető legjobban fog megérkezni erre a világra.

Sem orvosi, sem szülész tevékenységet nem végzek, de segítek elsajátítani a hipnoszülés technikáit, ami lehetőséget ad egy boldog, békés, háborítatlan szülésélményre.

Dömötör Rita, egy gyermek édesanyja, KGhipnoszülés felkészítő, pedagógus, baby masszőr

