

## Online-Seminar:

# Psychische Krisen rund um die Geburt – Familien professionell beraten und begleiten



Etwa jede zehnte Frau erkrankt nach der Geburt an einer sogenannten Wochenbettdepression. Das ist jedoch nicht die einzige Form psychischer Krisen rund um die Geburt. Neben der klassischen Depression können Frauen in der Schwangerschaft oder nach der Geburt auch an Ängsten und Zwangsgedanken, Psychosen oder posttraumatischen Belastungsstörungen leiden. Und nicht zuletzt kann die Peripartalzeit auch mit psychischen Belastungen verbunden sein, die noch nicht im klinischen Sinne als Erkrankung diagnostiziert sind, bei denen Familien aber dennoch Beratung und Unterstützung benötigen.

### Zielgruppe:

Mitarbeiter\*innen von Schwangerschafts-, Erziehungs- und Familienberatungsstellen, sozialpädagogische Fachkräfte in der Jugendhilfe und in den Frühen Hilfen, Babylotsinnen, Hebammen und weitere interessierte Fachkräfte

### Ziele und Inhalte:

- Die eigene Haltung zu psychischen Problemen von Müttern reflektieren
- Sensibilisierung für die psychischen Herausforderungen der Peripartalzeit
- Kennenlernen der verschiedenen Formen peripartaler psychischer Krisen und Erkrankungen
- Mit betroffenen Müttern oder Angehörigen über psychische Krisen sprechen
- Instrumente und Methoden für die Einschätzung, das Erstgespräch und die Beratung kennenlernen
- Mögliche Auswirkungen auf die Mutter-/Vater-Kind-Bindung einschätzen
- Möglichkeiten und Grenzen der ambulanten Beratung und Begleitung ausloten
- Notfallsituationen erkennen und sichere Überleitungen schaffen

### Referentinnen:

**1 Mareike Lange:** Dipl.-Sozialpädagogin, Gestalttherapeutin, Heilpraktikerin Psychotherapie, Kursleiterin am Gestaltinstitut Frankfurt, Online-Gruppen-Leiterin bei Schatten & Licht e.V.

**2 Melanie Weimer:** Dipl.-Pädagogin, GfG-Geburtsvorbereiterin, GfG-Familienbegleiterin, Systemische Beraterin (DGSF), Systemische Supervisorin (SG), Leiterin eines Frühe-Hilfen-Projekts, Kinderschutzfachkraft, Selbsthilfegruppen-Leiterin bei Schatten & Licht e.V.

**Online-Seminare:** Zoom; Link wird etwa 14 Tage vor der Veranstaltung verschickt, ggf. Spam-Ordner überprüfen oder frühzeitig nachfragen.

**Technik-Check:** 30 Minuten vor dem Seminar (freiwillig)

**Teilnahmebeitrag:** 75,- €

<b>Terminauswahl:</b>	Mi	19.06.2024	13-18 Uhr	Ref. 2
	Do	11.07.2024	09-14 Uhr	Ref. 1
	Do	05.09.2024	09-14 Uhr	Ref. 1

Das Seminar kann auf Nachfrage auch für Gruppen von max. 15 Personen für 950 € gebucht werden.

### Begrenzte Teilnehmer\*innenzahl: 15 - max. 20

**Verbindliche Anmeldung formlos an [info@schatten-und-licht.de](mailto:info@schatten-und-licht.de) unter Angabe von:**

Name

Rechnungsanschrift

Mailadresse

Telefon, unter dem am Seminartag erreichbar

Beruf, Arbeitsfeld

Gewähltes Seminardatum und ggf. Alternativdatum, falls gewünschtes Seminar voll

### Rücktritt:

Eine Absage muss schriftlich erfolgen. Bis drei Wochen vor Seminarbeginn entstehen keine Kosten; bis eine Woche vor Seminarbeginn erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von 15,- EUR. Bei später eingehenden Absagen oder Nichtteilnahme am Veranstaltungstag erheben wir den vollen Teilnahmebeitrag.

## Online-Vertiefungsseminar:

# Psychische Krisen rund um die Geburt – Familien professionell beraten und begleiten, Teil II



Etwa jede zehnte Frau erkrankt nach der Geburt an einer sogenannten Wochenbettdepression. In den vergangenen Jahren hat die sensible Phase nach der Geburt eines Kindes erfreulicherweise verstärkte Aufmerksamkeit bekommen. So werden auch Mütter und Väter in post-/peripartalen Krisen zunehmend in den Blick von Fachkräften genommen und es sind zunehmend mehr ambulante Beratungsangebote für betroffene Familien entstanden. Stärkenorientierte Handlungsansätze aus der Arbeit mit Familien können hier eine wirksame Hilfe sein, um gemeinsam nachhaltige Lösungen zu finden.

### Zielgruppe:

Mitarbeiter\*innen von Schwangerschafts-, Erziehungs- und Familienberatungsstellen, sozialpädagogische Fachkräfte in der Jugendhilfe und in den Frühen Hilfen, Babylotsinnen, Hebammen und weitere interessierte Fachkräfte, die bereits Vorkenntnisse zu peripartalen psychischen Krisen haben.

### Ziele:

- Kennenlernen wirkungsvoller und alltagsbezogener Möglichkeiten zur Unterstützung von Familien
- Erweiterung der ressourcen- und lösungsorientierten Beratungskompetenz

### Inhalte:

- Handlungsempfehlungen für gelingende Beratungsgespräche
- Einnehmen eines an den Stärken der Familien orientierten Blickes
- 8-Felder-Karte als hilfreiches Instrument zur Erschließung lebensweltlicher sozialer Ressourcen
- Wahrnehmen von Vätern als Betroffene und Angehörige in postpartalen Krisen

### Referentin:

**Kerstin Eichhorn-Wehnert:** Dipl.-Sozialpädagogin (FH), NLP-Coach, langjährige Schwangerenberaterin und Begleiterin von Familien in postpartalen Krisen, Dozentin an der Hochschule Coburg

**Online-Seminar:** Zoom; Link wird etwa 14 Tage vor der Veranstaltung verschickt, ggf. Spam-Ordner überprüfen oder frühzeitig nachfragen.

**Technik-Check:** 30 Minuten vor dem Seminar (freiwillig)

**Teilnahmebeitrag:** 75,- €

<b>Terminauswahl:</b>	Mi	12.06.2024	13-18 Uhr
	Mi	24.07.2024	09-14 Uhr
	Mo	23.09.2024	09-14 Uhr

Das Seminar kann auf Nachfrage auch für Gruppen von max. 15 Personen für 950 € gebucht werden.

**Begrenzte Teilnehmer\*innenzahl: 15 – max. 20**

**Verbindliche Anmeldung formlos an [info@schatten-und-licht.de](mailto:info@schatten-und-licht.de) unter Angabe von:**

Name

Rechnungsanschrift

Mailadresse

Telefon, unter dem am Seminartag erreichbar

Beruf, Arbeitsfeld

Gewähltes Seminardatum und ggf. Alternativdatum, falls gewünschtes Seminar voll

### Rücktritt:

Eine Absage muss schriftlich erfolgen. Bis drei Wochen vor Seminarbeginn entstehen keine Kosten; bis eine Woche vor Seminarbeginn erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von 15,- EUR. Bei später eingehenden Absagen oder Nichtteilnahme am Veranstaltungstag erheben wir den vollen Teilnahmebeitrag.

## Online-Seminar:

# Zwangsgedanken, Angst- und Panikstörung rund um die Geburt – Familien professionell beraten und begleiten



Schon in der Schwangerschaft werden Mütter von ständigen Unsicherheiten und Ängsten begleitet, die durch das Umfeld häufig noch verstärkt werden. Nach der Geburt geht es direkt weiter. Es ist nicht leicht, Vertrauen in die eigene Intuition zu entwickeln und sich von der Illusion zu verabschieden "alles unter Kontrolle" zu haben. Manche Frauen entwickeln starke Angstsymptome und leiden unter Panikattacken. Sie vermeiden zunehmend Situationen. Die Angst vor der Angst ist ständig präsent. Ein Teufelskreis entsteht.

### Zielgruppe:

Mitarbeiter\*innen von Schwangerschafts-, Erziehungs- und Familienberatungsstellen, sozialpädagogische Fachkräfte in der Jugendhilfe und in den Frühen Hilfen, Babylotsinnen, Hebammen und weitere interessierte Fachkräfte

### Ziele und Inhalte:

- die Mechanismen von Ängsten und Panikattacken sowie Zwangsgedanken verstehen und einfach und verständlich mit Hilfe von Beispielen an Betroffene vermitteln
- Abgrenzung zwischen "normalen" Ängsten, die jede (werdende) Mutter mehr oder weniger intensiv begleiten und behandlungsbedürftigen Störungen
- die (werdende) Mutter in ihrer Selbstwirksamkeit stärken, anstatt (unbewusst) zur Aufrechterhaltung ihrer Ängste beizutragen
- Selbstreflexion in der helfenden Rolle und der Umgang mit eigenen Ängsten
- Tools aus dem therapeutischen Werkzeugkasten, die Körper, Gedanken und Gefühle einbeziehen, kennenlernen und ausprobieren

### Referentin:

**Mareike Lange:** Dipl.-Sozialpädagogin, Gestalttherapeutin, Heilpraktikerin Psychotherapie, Kursleiterin am Gestaltinstitut Frankfurt, Online-Gruppen-Leiterin bei Schatten & Licht e.V.

**Online-Seminare:** Zoom; Link wird etwa 14 Tage vor der Veranstaltung verschickt, ggf. Spam-Ordner überprüfen oder frühzeitig nachfragen.

**Technik-Check:** 30 Minuten vor dem Seminar (freiwillig)

**Teilnahmebeitrag:** 75,- €

**Terminauswahl:**

Do	13.06.2024	09-14 Uhr
Do	04.07.2024	09-14 Uhr
Do	31.10.2024	09-14 Uhr

Das Seminar kann auf Nachfrage auch für Gruppen von max. 15 Personen für 950 € gebucht werden.

**Begrenzte Teilnehmer\*innenzahl: 15 - max. 20**

**Verbindliche Anmeldung formlos an [info@schatten-und-licht.de](mailto:info@schatten-und-licht.de) unter Angabe von:**

Name

Rechnungsanschrift

Mailadresse

Telefon, unter dem am Seminartag erreichbar

Beruf, Arbeitsfeld

Gewähltes Seminardatum und ggf. Alternativdatum, falls gewünschtes Seminar voll

### Rücktritt:

Eine Absage muss schriftlich erfolgen. Bis drei Wochen vor Seminarbeginn entstehen keine Kosten; bis eine Woche vor Seminarbeginn erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von 15,- EUR. Bei später eingehenden Absagen oder Nichtteilnahme am Veranstaltungstag erheben wir den vollen Teilnahmebeitrag.

## Online-Seminar:

# Beratung und Begleitung nach negativem oder traumatischem Geburtserlebnis



Die Geburt eines Kindes zählt für die Mehrzahl der Mütter und Väter zu den schönsten und bewegsten Erlebnissen in ihrem Leben. In den letzten Jahren hat jedoch die Anzahl der Frauen und Männer zugenommen, für die die Geburt negativ oder sogar traumatisch war. Dies kann Auswirkungen auf die Eltern-Kind- sowie die Paarbeziehung haben und auch andere weitreichende Folgen für die seelische Gesundheit und den weiteren Kinderwunsch der Eltern.

Dieses Seminar vermittelt Handlungsempfehlungen für Berater\*Innen in der Begleitung von Müttern und Vätern nach einer schweren Geburt.

### Zielgruppe:

Mitarbeiter\*innen von Schwangerschafts-, Erziehungs- und Familienberatungsstellen, sozialpädagogische Fachkräfte in der Jugendhilfe und in den Frühen Hilfen, Babylotsinnen, Hebammen und weitere interessierte Fachkräfte

### Ziele:

- Erweiterung der ressourcen- und lösungsorientierten Beratungskompetenz

### Inhalte:

- Verursachende Faktoren
- Körperliche und psychische Folgen
- Kommunikation mit betroffenen Eltern
- Selbsthilfeplan
- Interdisziplinäre Zusammenarbeit
- Begleitung bei einer Folgeschwangerschaft

### Referentin:

Dagmar Weimer, Dipl.-Psychologin, Hebamme, Begleitung von Familien mit psychischen Krisen rund um die Geburt, Beratung nach negativem oder traumatischem Geburtserlebnis, Trauerbegleitung, Dozentin an Fachschulen und Fachhochschulen

**Online-Seminar:** Zoom; Link wird etwa 14 Tage vor der Veranstaltung verschickt, ggf. Spam-Ordner überprüfen oder frühzeitig nachfragen.

**Technik-Check:** 30 Minuten vor dem Seminar (freiwillig)

**Teilnahmebeitrag:** 75,- €

<b>Terminauswahl:</b>	Do	06.06.2024	09-14 Uhr
	Di	22.10.2024	09-14 Uhr
	Mi	13.11.2024	09-14 Uhr

Das Seminar kann auf Nachfrage auch für Gruppen von max. 15 Personen für 950 € gebucht werden.

**Begrenzte Teilnehmer\*innenzahl: 15 – max. 20**

**Verbindliche Anmeldung formlos an [info@schatten-und-licht.de](mailto:info@schatten-und-licht.de) unter Angabe von:**

Name

Rechnungsanschrift

Mailadresse

Telefon, unter dem am Seminartag erreichbar

Beruf, Arbeitsfeld

Gewähltes Seminardatum und ggf. Alternativdatum, falls gewünschtes Seminar voll

### Rücktritt:

Eine Absage muss schriftlich erfolgen. Bis drei Wochen vor Seminarbeginn entstehen keine Kosten; bis eine Woche vor Seminarbeginn erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von 15,- EUR. Bei später eingehenden Absagen oder Nichtteilnahme am Veranstaltungstag erheben wir den vollen Teilnahmebeitrag.

## Online-Seminar:

# Wenn die Freude Trauer trägt - Beratung von Sternenkind-Eltern nach einer Fehlgeburt, Totgeburt oder Abbruch



In unserem beruflichen und privaten Kontakten begegnen uns immer wieder Menschen in Trauer. Von ihrem Umfeld hören die Betroffenen oft verletzend Aussagen und unsensible Tröstungsversuche. Manche Trauernde erleben viel soziale Unterstützung, andere fühlen sich von allen alleine gelassen. Gesprächsangebote von Hebammen, Mitarbeiter\*innen von Beratungsstellen rund um die Geburt und Trauerbegleiter\*innen werden sehr gerne angenommen und leisten eine wertvolle Prävention. Dieses Seminar vermittelt Handlungsempfehlungen für die Beratung trauernder Eltern.

### Zielgruppe:

Mitarbeiter\*innen von Schwangerschafts-, Erziehungs- und Familienberatungsstellen, sozialpädagogische Fachkräfte in der Jugendhilfe und in den Frühen Hilfen, Babylotsinnen, Hebammen, Trauerbegleiter\*innen und weitere interessierte Fachkräfte.

### Inhalte:

- Kommunikation mit trauernden Eltern
- Gute Fragen
- Trauermodell von Smeding
- Trauerverlauf
- Glaube, Aberglaube und die Frage nach dem Warum
- Abgrenzung von Trauer und Depression
- Motivierung zu Ritualen und Schritten in der Trauer
- Angebote für Sternenkindeltern
- Selbstpflege

### Referentin:

Dagmar Weimer, Dipl.-Psychologin, Hebamme, Begleitung von Familien mit psychischen Krisen rund um die Geburt, Beratung nach negativem oder traumatischem Geburtserlebnis, Trauerbegleitung, Dozentin an Fachschulen und Fachhochschulen

**Online-Seminar:** Zoom; Link wird etwa 14 Tage vor der Veranstaltung verschickt, ggf. Spam-Ordner überprüfen oder frühzeitig nachfragen.

**Technik-Check:** 30 Minuten vor dem Seminar (freiwillig)

**Teilnahmebeitrag:** 75,- €

**Terminauswahl:**

Di	04.06.2024	09-14 Uhr
Mi	11.09.2024	09-14 Uhr
Di	03.12.2024	09-14 Uhr

Das Seminar kann auf Nachfrage auch für Gruppen von max. 15 Personen für 950 € gebucht werden.

**Begrenzte Teilnehmer\*innenzahl: 15 – max. 20**

**Verbindliche Anmeldung formlos an [info@schatten-und-licht.de](mailto:info@schatten-und-licht.de) unter Angabe von:**

Name

Rechnungsanschrift

Mailadresse

Telefon, unter dem am Seminartag erreichbar

Beruf, Arbeitsfeld

Gewähltes Seminardatum und ggf. Alternativdatum, falls gewünschtes Seminar voll

### Rücktritt:

Eine Absage muss schriftlich erfolgen. Bis drei Wochen vor Seminarbeginn entstehen keine Kosten; bis eine Woche vor Seminarbeginn erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von 15,- EUR. Bei später eingehenden Absagen oder Nichtteilnahme am Veranstaltungstag erheben wir den vollen Teilnahmebeitrag.

## Online-Seminar:

# Und wie geht es den Vätern? Männer und psychische Erkrankungen rund um die Geburt



Fachliteratur und Hilfsangebote zum Thema psychische Erkrankungen rund um die Geburt richten sich noch immer fast ausschließlich an Frauen. Die Männer wurden lange Zeit komplett außer Acht gelassen. Im Fall der Erkrankung ihrer Partnerin spielen sie eine wichtige Rolle, die viele Herausforderungen birgt und in der sie oft keine Unterstützung bekommen. Noch viel weniger bekannt ist jedoch, dass auch Väter selbst von psychischen Erkrankungen rund um die Geburt betroffen sein können. Dabei zeigen aktuelle Forschungen, dass Depressionen, Ängste und ähnliche Erkrankungen auch bei Vätern keineswegs seltene Phänomene sind.

### Zielgruppe:

Mitarbeiter\*innen von Schwangerschafts-, Erziehungs- und Familienberatungsstellen, sozialpädagogische Fachkräfte in der Jugendhilfe und in den Frühen Hilfen, Babylotsinnen, Hebammen und weitere interessierte Fachkräfte

### Inhalte:

- Elternwerden als Risikophase sowohl für Mütter als auch für Väter
- Die Rolle und Bedeutung von Vätern als Angehörige psychisch erkrankter Partnerinnen
- Aktueller Forschungsstand zu eigenständigen peripartalen psychischen Erkrankungen von Vätern: Erkrankungsformen, Risikofaktoren und Ursachen, Häufigkeit, Gemeinsamkeiten und Unterschiede zu den mütterlichen Erkrankungen
- Das Geburtserleben von Vätern und dessen weitreichende Auswirkungen
- Möglichkeiten der Begleitung und Unterstützung betroffener Väter

### Referentin:

**Melanie Weimer:** Dipl.-Pädagogin, GfG-Geburtsvorbereiterin, GfG-Familienbegleiterin, Systemische Beraterin (DGSF), Systemische Supervisorin (SG), Leiterin eines Frühe-Hilfen-Projekts, Kinderschutzfachkraft, Selbsthilfegruppen-Leiterin bei Schatten & Licht e.V.

**Online-Seminare:** Zoom; Link wird etwa 14 Tage vor der Veranstaltung verschickt, ggf. Spam-Ordner überprüfen oder frühzeitig nachfragen.

**Technik-Check:** 30 Minuten vor dem Seminar (freiwillig)

**Teilnahmebeitrag:** 75,- €

**Terminauswahl:**

Di	09.07.2024	09-14 Uhr
Di	24.09.2024	13-18 Uhr
Mi	27.11.2024	13-18 Uhr

Das Seminar kann auf Nachfrage auch für Gruppen von max. 15 Personen für 950 € gebucht werden.

**Begrenzte Teilnehmer\*innenzahl: 15 – max. 20**

**Verbindliche Anmeldung formlos an [info@schatten-und-licht.de](mailto:info@schatten-und-licht.de) unter Angabe von:**

Name

Rechnungsanschrift

Mailadresse

Telefon, unter dem am Seminartag erreichbar

Beruf, Arbeitsfeld

Gewähltes Seminardatum und ggf. Alternativdatum, falls gewünschtes Seminar voll

### Rücktritt:

Eine Absage muss schriftlich erfolgen. Bis drei Wochen vor Seminarbeginn entstehen keine Kosten; bis eine Woche vor Seminarbeginn erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von 15,- EUR. Bei später eingehenden Absagen oder Nichtteilnahme am Veranstaltungstag erheben wir den vollen Teilnahmebeitrag.

## Online-Seminar:

# Psychische Krisen rund um die Geburt – Souverän umgehen mit herausfordernden Gesprächssituationen



Im Kontext von Krisen rund um die Geburt stehen Fachkräfte vor anspruchsvollen Gesprächssituationen, die eine empathische und klare Kommunikation erfordern. Beispielsituationen hierfür sind Gespräche nach traumatischen Geburten oder die Betreuung von Personen mit Wochenbettdepression. Das Ansprechen von sensiblen Themen und die einfühlsame Trauerbegleitung sind weitere Beispiele für herausfordernde Situationen, in denen eine klare und empathische Kommunikation von entscheidender Bedeutung ist, um effektive Unterstützung und Verständnis zu gewährleisten.

Ziel des Seminars ist die Weiterentwicklung notwendiger Fähigkeiten und Techniken, um einfühlsam und souverän Menschen in psychischen Krisen rund um die Geburt zu begleiten.

Dieses Seminar vermittelt Methoden der Gesprächsführung, deren Anwendung sowie praxisnahe Handlungsempfehlungen für herausfordernde Gesprächssituationen. Die Inhalte werden in interaktiven Übungen direkt angewendet.

### Zielgruppe:

Mitarbeiter\*innen von Schwangerschafts-, Erziehungs- und Familienberatungsstellen, sozialpädagogische Fachkräfte in der Jugendhilfe und in den Frühen Hilfen, Babylotsinnen, Hebammen und weitere interessierte Fachkräfte

### Ziele und Inhalte:

- Grundlagen Kommunikation, kurze Vorstellung Kommunikationsmodelle
- Methoden der Gesprächsführung, aktives Zuhören
- Bedeutung nonverbaler Kommunikation
- Gesprächsführung nach akutem Trauma versus länger zurückliegendem Trauma
- Ansprechen von sensiblen Themen, Ich-Botschaften
- Checkliste für Gespräche bei Trauerbegleitung
- Gespräche bei Suizidalität

### Referentin:

**Michaela Nißler:** M.Sc. Psychologin, Traumatherapeutin (MIT), Notfallpsychologin (BDP), Beratung nach belastenden Ereignissen, Trainerin Deeskalation und Gesprächsführung

**Online-Seminare:** Zoom; Link wird etwa 14 Tage vor der Veranstaltung verschickt, ggf. Spam-Ordner überprüfen oder frühzeitig nachfragen.

**Technik-Check:** 30 Minuten vor dem Seminar (freiwillig)

**Teilnahmebeitrag:** 75,- €

<b>Terminauswahl:</b>	Di	23.07.2024	09-14 Uhr
	Mi	16.10.2024	09-14 Uhr
	Do	21.11.2024	09-14 Uhr

Das Seminar kann auf Nachfrage auch für Gruppen von max. 15 Personen für 950 € gebucht werden.

### Begrenzte Teilnehmer\*innenzahl: 15 – max. 20

**Verbindliche Anmeldung formlos an [info@schatten-und-licht.de](mailto:info@schatten-und-licht.de) unter Angabe von:**

Name

Rechnungsanschrift

Mailadresse

Telefon, unter dem am Seminartag erreichbar

Beruf, Arbeitsfeld

Gewähltes Seminardatum und ggf. Alternativdatum, falls gewünschtes Seminar voll

### Rücktritt:

Eine Absage muss schriftlich erfolgen. Bis drei Wochen vor Seminarbeginn entstehen keine Kosten; bis eine Woche vor Seminarbeginn erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von 15,- EUR. Bei später eingehenden Absagen oder Nichtteilnahme am Veranstaltungstag erheben wir den vollen Teilnahmebeitrag.



## Online-Seminar:

# Psychische Krisen rund um die Geburt – Beratungswerkzeuge aus der Positiven Psychologie



Die Positive Psychologie ist ein aufstrebender Bereich der Psychologie, der sich auf die Förderung des Wohlbefindens sowie die Weiterentwicklung von positiven Eigenschaften und Stärken konzentriert. In diesem interaktiven Seminar werden verschiedene Interventionen und Modelle aus der Positiven Psychologie vorgestellt. Zudem wird die Anwendung der Interventionen für Beratungssituationen bei Krisen rund um die Geburt erläutert und diskutiert.

### Zielgruppe:

Mitarbeiter\*innen von Schwangerschafts-, Erziehungs- und Familienberatungsstellen, sozialpädagogische Fachkräfte in der Jugendhilfe und in den Frühen Hilfen, Babylotsinnen, Hebammen und weitere interessierte Fachkräfte

### Ziele:

- Erweiterung der ressourcen- und lösungsorientierten Beratungskompetenz

### Inhalte:

- Kennenlernen von Modellen der Positiven Psychologie
- Kennenlernen von Interventionen aus der Positiven Psychologie
- Ressourcenorientierte Ansätze anwenden
- 5 Säulen des Wohlbefindens aus der Positiven Psychologie

### Referentin:

**Michaela Nißler:** M.Sc. Psychologin, Traumatherapeutin (MIT), Notfallpsychologin (BDP), Beratung nach belastenden Ereignissen, Trainerin Deeskalation und Gesprächsführung, Mitglied im Dachverband Positive Psychologie (DACH-PP e.V.)

**Online-Seminar:** Zoom; Link wird etwa 14 Tage vor der Veranstaltung verschickt, ggf. Spam-Ordner überprüfen oder frühzeitig nachfragen.

**Technik-Check:** 30 Minuten vor dem Seminar (freiwillig)

**Teilnahmebeitrag:** 75,- €

**Terminauswahl:**

Mi	10.07.2024	09-14 Uhr
Do	10.10.2024	09-14 Uhr

Das Seminar kann auf Nachfrage auch für Gruppen von max. 15 Personen für 950 € gebucht werden.

**Begrenzte Teilnehmer\*innenzahl: 15 – max. 20**

**Verbindliche Anmeldung formlos an [info@schatten-und-licht.de](mailto:info@schatten-und-licht.de) unter Angabe von:**

Name

Rechnungsanschrift

Mailadresse

Telefon, unter dem am Seminartag erreichbar

Beruf, Arbeitsfeld

Gewähltes Seminardatum und ggf. Alternativdatum, falls gewünschtes Seminar voll

### Rücktritt:

Eine Absage muss schriftlich erfolgen. Bis drei Wochen vor Seminarbeginn entstehen keine Kosten; bis eine Woche vor Seminarbeginn erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von 15,- EUR. Bei später eingehenden Absagen oder Nichtteilnahme am Veranstaltungstag erheben wir den vollen Teilnahmebeitrag.



## Online-Seminar:

# Psychische Krisen rund um die Geburt – Selbstfürsorge nach herausfordernden Gesprächssituationen



Als Berater\*in im Bereich von Krisen rund um die Geburt erleben Sie viele herausfordernde Gesprächssituationen. In diesem sensiblen Kontext ist es von entscheidender Bedeutung, auf die Bedürfnisse der Betroffenen einzugehen, während Sie gleichzeitig auf Ihre eigenen Bedürfnisse und ihre psychische Gesundheit achten. In diesem interaktiven Seminar sollen Strategien der Selbstfürsorge erarbeitet, ausgetauscht und das eigene Selbstfürsorgekonzept erweitert werden. Auch die psychische Widerstandsfähigkeit, die sogenannte Resilienz, kann trainiert werden. Zudem wird auch die Gefahr der Sekundärtraumatisierung bzw. Retraumatisierung thematisiert. Abgerundet wird das Seminar durch praktische Übungen zur Spannungsregulation.

### Zielgruppe:

Mitarbeiter\*innen von Schwangerschafts-, Erziehungs- und Familienberatungsstellen, sozialpädagogische Fachkräfte in der Jugendhilfe und in den Frühen Hilfen, Babylotsinnen, Hebammen und weitere interessierte Fachkräfte

### Ziele:

- Erweiterung der Strategien der Selbstfürsorge
- Erweiterung der ressourcen- und lösungsorientierten Beratungskompetenz

### Inhalte:

- Selbstfürsorge nach herausfordernden Gesprächen
- Resilienz und ihre Faktoren
- Sekundärtraumatisierung und Retraumatisierung
- Praktische Übungen zur Spannungsregulation

### Referentin:

**Michaela Nißler:** M.Sc. Psychologin, Traumatherapeutin (MIT), Notfallpsychologin (BDP), Beratung nach belastenden Ereignissen, Trainerin Deeskalation und Gesprächsführung, Mitglied im Dachverband Positive Psychologie (DACH-PP e.V.)

**Online-Seminar:** Zoom; Link wird etwa 14 Tage vor der Veranstaltung verschickt, ggf. Spam-Ordner überprüfen oder frühzeitig nachfragen.

**Technik-Check:** 30 Minuten vor dem Seminar (freiwillig)

**Teilnahmebeitrag:** 75,- €

<b>Terminauswahl:</b>	Mo	03.06.2024	13-18 Uhr
	Mi	18.09.2024	13-18 Uhr
	Do	07.11.2024	09-14 Uhr

Das Seminar kann auf Nachfrage auch für Gruppen von max. 15 Personen für 950 € gebucht werden.

### Begrenzte Teilnehmer\*innenzahl: 15 – max. 20

**Verbindliche Anmeldung formlos an [info@schatten-und-licht.de](mailto:info@schatten-und-licht.de) unter Angabe von:**

Name

Rechnungsanschrift

Mailadresse

Telefon, unter dem am Seminartag erreichbar

Beruf, Arbeitsfeld

Gewähltes Seminardatum und ggf. Alternativdatum, falls gewünschtes Seminar voll

### Rücktritt:

Eine Absage muss schriftlich erfolgen. Bis drei Wochen vor Seminarbeginn entstehen keine Kosten; bis eine Woche vor Seminarbeginn erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von 15,- EUR. Bei später eingehenden Absagen oder Nichtteilnahme am Veranstaltungstag erheben wir den vollen Teilnahmebeitrag.

# Online-Supervision auf Abruf

zum Thema

## Psychische Krisen rund um die Geburt

für Fachkräfte in psychosozialen und medizinischen Arbeitsfeldern

*„In die Schwangerenberatung kam neulich eine Klientin, der es psychisch sehr schlecht ging, sie berichtete sogar von Suizidgedanken. Ich habe ihr deshalb dringend empfohlen, schnell einen Termin bei einer Fachärztin zu vereinbaren, und habe ihr eine Adresse empfohlen. Seither habe ich nichts mehr von ihr gehört. Soll ich mich selbst nochmal bei ihr melden? Hätte ich mehr tun können?“*

*„Als Hebamme betreue ich gerade eine Frau im Wochenbett, um die ich mir Sorgen mache. Sie kommt mir sehr niedergeschlagen vor und will das Baby nicht gerne auf den Arm nehmen. Letztes Mal habe ich sie vorsichtig danach gefragt, aber sie meinte, es sei alles in Ordnung, ihr fehle nur der Schlaf. Soll ich es dabei belassen? Oder wie könnte ich das noch ansprechen?“*

*„In unserem Hausbesuchsprogramm in den Frühen Hilfen erleben wir immer wieder Eltern in psychischen Krisensituationen. Ein aktuelles Beispiel ist ein junges Paar, bei dem die Mutter viele Ängste hat und uns berichtet hat, dass sie das Baby nicht alleine baden will, weil sie Angst hat, sie könne es absichtlich untertauchen. Der Vater war in der Schwangerschaft noch sehr unterstützend und auch bei der Geburt dabei, die allerdings ziemlich schwierig verlaufen ist. Seither zieht er sich immer mehr zurück. Wie können wir dieser Familie helfen? Wann stoßen wir an unsere Grenzen?“*

Solche Fragen und Fälle können gut im Rahmen von **Supervision** bearbeitet werden.

Falls Sie in Ihrem Arbeitskontext keine regelmäßige Supervision vor Ort haben oder falls Sie gezielt eine Supervisorin suchen, die gleichzeitig Expertin für psychische Erkrankungen rund um die Geburt ist, bieten wir Ihnen an, eine individuelle Online-Supervision für Sie zu organisieren. Die Supervision kann von einzelnen, von Teams und von Gruppen in Anspruch genommen werden. Der zeitliche Umfang richtet sich nach Ihrem Bedarf und nach der Gruppengröße. Möglich sind sowohl einmalige Supervisionstermine als auch Supervisionsprozesse bestehend aus mehreren Terminen.

### Die Rahmenbedingungen

Anfragen zur Supervision richten Sie bitte an Schatten & Licht e. V.

[info@schatten-und-licht.de](mailto:info@schatten-und-licht.de)

Tel. 08293 – 965864

Die Termine werden individuell abgesprochen.

Für die Online-Supervision kann je nach Wunsch ein von uns gestelltes Videokonferenzprogramm oder ein von Ihnen verwendetes Tool genutzt werden.

Die Kosten liegen bei 100,- EUR pro Zeitstunde plus 50,- EUR Organisationspauschale (einmalig pro Supervisionsauftrag, auch falls dieser aus mehreren Terminen besteht).

### Die Supervisorin



Melanie Weimer  
Familienbildung



Melanie Weimer  
Diplom-Pädagogin  
GfG-Geburtsvorbereiterin + Familienbegleiterin  
Leiterin eines Frühe-Hilfen-Projekts  
Kinderschutzfachkraft  
Systemische Beraterin und Supervisorin  
[www.weimer-familienbildung.de](http://www.weimer-familienbildung.de)

Beraterin und SHG-Leiterin Schatten & Licht  
[www.bluessisters-frankfurt.de](http://www.bluessisters-frankfurt.de)