

aava 

Zentrum für EEH und Eltern-Kind-Begleitung

Leonhardsberg 14  
4051 Basel  
Telefon: 0041 78 926 00 94  
e-mail: [info@aavabasel.ch](mailto:info@aavabasel.ch)  
Website: [www.aavabasel.ch](http://www.aavabasel.ch)




September/Oktober 2021

## Geburt und Bindung

Viertägiger Selbsterfahrungs-Workshop  
zur Integration von Schwangerschafts-  
und Geburtserleben

mit Cornelia Reichlin



*Wer zugleich seinen Schatten  
und sein Licht wahrnimmt,  
sieht sich von zwei Seiten und  
damit kommt er in die Mitte.*

*Carl Gustav Jung*

# Schwangerschafts- und Geburtsworkshop

## INHALT

Schwangerschafts- und Geburtserfahrungen am Beginn unseres Lebens sind ein wesentlicher Keim für die weitere Entwicklung unserer Persönlichkeit. Was wir in dieser Frühphase menschlicher Entwicklung erfahren, wird im unbewussten Gedächtnis unseres Körpers gespeichert und verankert. In fundamentaler Weise beeinflussen diese Erlebensmuster unsere emotionalen Hintergrundstimmungen, die Formen, wie wir unsere Emotionen und sozialen Beziehungen regulieren sowie die Art und Weise, wie wir später Herausforderungen und Engpässe des Lebens in Angriff nehmen. In besonderer Weise zeigen sich unverarbeitete Geburtstraumata in Lebensphasen, in denen Menschen neue Entwicklungsschritte gehen müssen und wo sie Mut und inneren Anschub benötigen, um einen Engpass zu überwinden oder eine Prüfung zu bestehen.

In jeweils zwei, nah aufeinander folgenden, Workshops gibt es innerhalb einer kleinen Gruppe von Menschen Raum und Gelegenheit, die eigenen Geburts- und Schwangerschaftsmuster zu erfahren, zu bearbeiten und in ihrer Relevanz für das heutige (Er-)Leben zu erkunden. Ziel des Workshops ist es, dass geburtsbedingte Stress- und Bindungsmuster im Alltag schneller erkannt und zugeordnet werden können. Zudem geht es durch das Kennenlernen und Bewusstwerden der jeweiligen Geburtsmuster darum, mehr Verständnis für sich und Lebenspartner in ihren akuten Stress- und Gefühlsmustern zu entwickeln und kraftvoll neue Wege zu entdecken.

## KURSLEITUNG



### Cornelia Reichlin

Biosynthese-Körpertherapeutin, Craniosacraltherapeutin, Fachberaterin für Emotionelle Erste Hilfe und EEH-Therapeutin. Verheiratet und Mutter von zwei Kindern. Arbeit in eigener Praxis und Leiterin des EEH-Ausbildungszentrum in der Schweiz.

Mein Schwerpunkt ist die körper- und psychotherapeutische Arbeit auf dem Hintergrund der prä- und perinatalen Traumatherapie. Es liegt mir sehr am Herzen, Menschen im Rahmen der körperpsychotherapeutischen Selbsterfahrung im individuellen Wachstumsprozess zu unterstützen.

### TERMIN, ARBEITSZEITEN, KOSTEN, ZIELGRUPPE

**Termin:** Do/Fr 2./3. September 2021 und 21./22. Oktober 2021

**Zeiten:** Beginn jeweils um 9 Uhr, 1. Tag open end, 2. Tag bis 18.30 Uhr

**Kosten:** Fr. 880.-/ Euro 685.- (für TN mit Wohn- und Arbeitsort in Euroländern)

**Gruppe:** Kleine Gruppe von 5-6 Teilnehmer\*innen

**Zielgruppe:** EEH Trainees, EEH Fachberater\*innen, Interessierte