Emotionale Erste Hilfe

in Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett



Diese Fortbildung entspricht
4 Fortbildungsstunden.

Donnerstag, 29. April 2027

09.00 – 13.00 Uhr

B.F.G®

Bildungsinstitut Fachbereiche Gesundheitswesen

ANMELDUNG UND WEITERE INFORMATIONEN:
www.bfg-kray.de/
fortbildungsangebote-fuer-hebammen

Manchmal gerät eine Frau während der Schwangerschaft, unter der Geburt oder im Wochenbett emotional aus dem Gleichgewicht. Angst, Überforderung, Kontrollverlust, belastende Erinnerungen oder akute Krisen können den Kontakt zum eigenen Körper erschweren. Auch Partner:innen und Fachpersonen geraten in solchen Situationen an ihre Grenzen. Hebammen brauchen dann mehr als beruhigende Worte. Sie brauchen ein fundiertes Verständnis dafür, was im Nervensystem geschieht, eine klare innere Haltung und konkrete Maßnahmen, die stabilisieren, ohne Prozesse zu übergehen oder therapeutische Grenzen zu überschreiten.

In dieser vierstündigen Fortbildung lernen Hebammen praxistaugliche Grundlagen von emotionaler Erste Hilfe für die Begleitung rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Ebenso wird ausführlich auf präventive Maßnahmen eingegangen.

Emotionale Erste Hilfe bedeutet nicht, jede Belastung sofort auflösen zu müssen. Sie bedeutet, in einem schwierigen Moment Sicherheit zu schaffen, Orientierung zu geben und eine Frau dabei zu unterstützen, wieder in Kontakt mit sich selbst zu kommen.

Inhalte der Fortbildung:

- Stressreaktionen und Schutzmechanismen des autonomen Nervensystems verstehen
- Anzeichen von Überforderung, Erstarrung, Dissoziation und Kontrollverlust erkennen
- Sicherheit und Orientierung in akuten emotionalen Belastungssituationen vermitteln
- Kontakt und Co-Regulation über Stimme, Haltung, Atmung und Körperwahrnehmung fördern
- Ressourcen aktivieren, ohne Gefühle wegzureden
- Frauen nach belastenden Untersuchungen, Geburtsverläufen oder unerwarteten Ereignissen stabilisieren
- Partner:innen sinnvoll in die Begleitung einbeziehen
- Eigene Grenzen und Verantwortungsbereiche als Hebamme erkennen
- Warnzeichen benennen, bei denen psychotherapeutische, psychiatrische oder ärztliche Unterstützung erforderlich ist

Praxisorientiertes Arbeiten

Die Inhalte werden anhand typischer Situationen aus der Hebammenarbeit vermittelt. Dazu gehören kurze Übungen zur Co-Regulation, körperorientierte Interventionen, sprachliche Formulierungen und konkrete Handlungsschritte, die unmittelbar im Berufsalltag eingesetzt werden können.
Die Fortbildung ersetzt keine traumatherapeutische Ausbildung. Sie vermittelt Maßnahmen zur ersten Stabilisierung, zur Orientierung und zur sicheren Weiterleitung.



Referentin:
Katja Christina Richter
Hebamme & psycholgische Beraterin
und Traumafachkraft

Termin:
Donnerstag, 29.04.2027 // 09.00 – 13.00 Uhr

Teilnehmergebühren:
€ 130,00
€ 100,00 für Studierende und Hebammen i.R. (Ausweis zur Vorlage)

Tagungsorganisation:
Evamaria Wilhelmi – B.F.G.®, Leitung Fachbereich Hebammenwesen
Tel.: 06421 3400227 · Mobil: 015123019858 · fobi@stressfrei-tagen.de

Kongressmanagement & Veranstalter:
Bildungsinstitut Fachbereiche Gesundheitswesen B.F.G.®
Am Katzenberg 3 | 57258 Freudenberg
Tel. +49 (0) 2734 572736 | Fax +49 (0) 2734 55516
bfg.kray@t-online.de | www.bfg-kray.de

B.F.G NEWSLETTER ABONNIEREN

(Änderungen vorbehalten)