

## Ich begleite dich / euch von Herzen vor, während und nach der Schwangerschaft

### Wie kann ich unterstützen?

- Deinen Erfahrungsraum für das eigene Körperbewusstsein öffnen und stärken
- Kontaktaufnahme zum Baby bereits während der Schwangerschaft fördern
- Deine Ressourcen erkennen und stärken
- Erfahrungsaustausch über die Auswirkungen von Stress, Glaubenssätzen und Prägungen beider Elternteile aus der eigenen Kindheit auf das ungeborene Kind
- Ich biete einen offenen und sicheren Raum für Unausgesprochenes
- Reise in die eigene Schwangerschaft, Geburt und Kindheit
- emotionales Management



Geboren wird nicht nur das Kind durch die Mutter [den Vater], sondern auch die Mutter [der Vater] durch das Kind.

- Frei nach Gertrud von Le Fort -

„Schon seit einhundert Jahren widmet sich die pränatale, also die vorgeburtliche Psychologie dem Einfluss dieser ersten Lebenszeit auf die Gefühlswelt der erwachsenen Menschen, ob er zu Wohlbefinden, Zufriedenheit und Widerstandsfähigkeit neigt oder aber zu Ängstlichkeit, Verletzlichkeit und depressiven Verstimmungen. In diesem <vorsprachlichem Raum> - in der Schwangerschaft, während der Geburt und in der Babyzeit - wird unsere Persönlichkeit weitgehend geprägt, unsere Erlebens- und Verhaltensweisen und schließlich wie wir im späteren Leben Beziehungen und Bindungen eingehen. Vom Moment der Zeugung an ist das Baby ein voll erlebendes menschliches Wesen“.

- Franz Renggli -



Pränatale Körperarbeit nach  
Franz Renggli  
und Bewusstseinsarbeit  
durch Selbsterkenntnis

## Ein Guide für (werdende) Eltern

Birgit Awege

Willkommen im Prä-, Peri-  
und Postnatalem Feld

## Angebote

Einzelsitzungen vor, während und nach der Schwangerschaft eines oder beider Elternteile.

Paket als Gesamtbegleitung während der Schwangerschaft und sehr gerne auch in und nach der Geburt.

20 Min. kostenfreies telefonisches Gespräch zum Kennenlernen.



## Meine eigenen Erfahrungen im Pränatalen Feld

Im November 2020 bin ich Franz Renggli und dem pränatalen Feld begegnet. In meiner ersten „Reise in die eigene Schwangerschaft, Geburt bzw. Kindheit“ durfte ich zum ersten Mal in meinem Leben erfahren, in einem sicheren Rahmen einem authentischen Menschen zu begegnen, der mich unterstützte, die verletzten Anteile von mir zu sehen und zu spüren, was sich wie ein NACHNÄHREN anfühlte.

Dieser Anteil wurden wieder ein lebendiger Bestandteil in meinem Leben. Eine so tiefe Begegnung mit mir selbst war mir bis dahin nicht möglich.



## Kontakt

### Deine Ansprechpartnerin

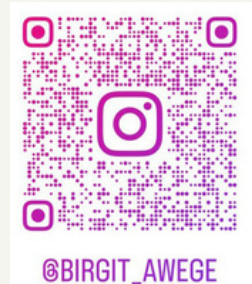
Birgit Awege

### Tel.:

01523 7229064

### Räumlichkeiten

In Jena Winzerla



### E-Mail

BewusstSeintrifftVerbundenheit  
@t-online