

Online-  
Zusatz-  
angebot



Zentrum für Primäre Prävention  
und Körperpsychotherapie

# Elternschaft und Angst

Beraten und Beistand leisten im Spannungsfeld von Kontrolle und der Suche nach Vertrauen

**Eltern sein ist ein jahrelanger Prozess von Verantwortung, Herausforderung und Überforderung. Es erfordert immer wieder Anpassungen, Beruhigung, Orientierung, um am Leben mit den Kindern zu reifen und die Herausforderungen zu meistern. Das „Training“ dazu beginnt bereits in der Schwangerschaft. Und bereits da sind werdende Eltern heute konfrontiert mit einem hohen Maß an kontrollierenden Handlungen.**

Eltern haben natürlicherweise Angst, dass ihren Kindern etwas zustößt. Das ist angesichts der realen Gefahren und der Tatsache, dass die meisten Kinder nicht unversehrt durchs Leben kommen, verständlich. Die Frage, die sich stellt, ist: was heißt es, Kinder zu schützen? Wie ist es möglich, präsent Eltern zu sein, nach menschlichen Möglichkeiten Gefahren von den Kindern abzuwenden und ihnen zu lehren, sich selbst zu schützen?

Erleben Eltern den Tod ihres Kindes, erschüttert sie das zutiefst. Sie sind auf schmerzhaft Weise konfrontiert mit den Grenzen des Kontrollierbaren. Die Angst, dass das nochmal geschehen könnte, ist natürlicherweise groß und verschärft die Notwendigkeit, einen Umgang mit der Angst und dem Kontrollldrang zu finden.

Der Angst mit Kontrolle, Überwachung und Absicherung zu begegnen heißt, die eigene Ohnmacht zu verstärken. Wie kann es also im heutigen Kontext von „Risiko“-Denken und Absicherung gelingen, die innere Sicherheit zu stärken? Boden zu schaffen, um die Angst einzugrenzen, sich selbst zu regulieren und Vertrauen zu finden für das weitere Leben und das Elternsein?

In diesem Seminar beleuchten wir, was Eltern konkret Orientierung und Bestärkung geben kann.

1. Sensible Phase Schwangerschaft: physiologische Adaptation und Reifung
2. Die Wirkmacht von „Risiko“-Denken. Eine Klärung
3. Differenzierter Umgang mit „beruhigenden“ Interventionen
4. Standhaft Beistand leisten in Schmerz und Angst: die Haltung und Handlungen der beteiligten Fachpersonen
5. Umgang mit Kontrollldrang und Handlungen der Eltern (und der Fachpersonen) in der Folgeschwangerschaft nach Erschütterungen, z. B. traumatischen Geburtserfahrungen, Fehlgeburt oder perinatalem Tod des Kindes

Die Veranstaltung kann zu 50% für die EEH-Rezertifizierung anerkannt werden.

**Schreibambulanz | Elternschule  
Körperpsychotherapie | Weiterbildung**

Bahnhofstraße 12 | 28195 Bremen  
0421 349 12 36 | kontakt@zepp-bremen.de  
www.zepp-bremen.de

**Gastreferentin**



Franziska Maurer, Hebamme,  
Therapeutin und freie Dozentin  
([www.franziskamaurer.ch](http://www.franziskamaurer.ch))

**Termin**  
07. April 2025

**Kurszeit**  
18:00 – 21:00 Uhr

**Kosten**  
75,00 Euro

**Veranstalter**  
ZePP

**Veranstaltungsort**  
Online

**Anmeldung nur über die Homepage**  
[www.zeppbremen.de/weiterbildung/  
online-zusatzangebote/](http://www.zeppbremen.de/weiterbildung/online-zusatzangebote/)

**Telefonische Auskünfte**  
Sekretariat ZePP | Telefon 0421 349 12 36  
Sprechzeiten: Di und Do 10:00 – 12:00 Uhr  
Mi 14:00 – 15:00 Uhr