

Programma BK

09:30 Angst en trauma's: theorie en individuele coaching

- Het basale trauma, wat is het en hoe ontstaat het?
- Onze automatische piloot
- Afweermechanismen en angst
- Soorten angst
- Het leven áán kunnen inclusief de grote gebeurtenissen daarin.

10:30 Begeleiding in moeilijke situaties: theorie en oefenen

- De mens als groepsdier
- Luisteren, een kunst apart
- Eigen prestaties en luisteren
- O-stand
- Vragend luisteren

13:00 Lunchpauze

13:45 Trauma's voorkómen, prenataal in kracht zetten: theorie en oefenen

- Bezorgdheid en angst zijn normaal en nuttig.
- Wat als angst je vijand geworden is
- Oefenen ander naar haar kracht helpen

15:15 Trauma's voorkómen, nataal begeleiden bij paniek en onmacht: theorie en oefenen

- Transactionele analyse

16:45 Voorkómen PTS na traumatische gebeurtenis, postnataal helpen verwerken: theorie

- Teleurstelling en verdriet helpen verwerken
- Identificatie met resultaten helpen loslaten
- PTS voorkómen
- PTS helpen oplossen

17:15 Doorverwijzen naar een coach – verloskundige

17:20 Dag afsluiten middels reflectie

17:30 Einde