**Programma Cdp**

10:00 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.

11:00 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

13:30 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

16:00 Voorkómen PTS na traumatische gebeurtenis, postnataal helpen verwerken: theorie

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

16:45 Doorverwijzen naar een coach – verloskundige

16:55 Dag afsluiten middels reflectie

17:00 Einde