

FUNDAMENTOS DO HYPNOBIRTHING

PROGRAMA PARA PROFISSIONAIS QUE
TRABALHAM NA ÁREA DE
GRAVIDEZ E PARTO

7-17-27 DE MARÇO E 7 DE ABRIL - DAS 18H ÀS 20H - VIA ZOOM

Programa elaborado por: Maria Ribeiro
Hipnoterapeuta especializada em KGHypnobirthing

www.hypnobirthing7.pt
[@parto.sem.medos.hypnobirthing](https://www.instagram.com/parto.sem.medos.hypnobirthing)

Nascer em harmonia

1ª SESSÃO:

HYPNOBIRTHING, OS FUNDAMENTOS

Entende as bases do Hypnobirthing e como as podes aplicar para transmitir mais segurança às grávidas que apoias.

2ª SESSÃO:

A MENTE, A GRAVIDEZ E O PARTO

Percebe como funciona a mente durante a gravidez e parto e o que podes mudar para alterar a experiencia das mulheres que acompanhas.

3ª SESSÃO:

TÉCNICAS DE HYPNOBIRTHING

Aprende e treina as principais técnicas de Hypnobirthing que podes implementar na tua prática.

4ª SESSÃO:

APLICAÇÃO PRÁTICA DO HYPNOBIRTHING

Percebe como aplicar as técnicas de imediato no teu trabalho diário com grávidas ou em contexto de parto.

HYPNOBIRTHING, OS FUNDAMENTOS

Objetivos da formação:

No final do programa saberás:

- O que é e como funciona o Hypnobirthing.
- Identificar e entender os principais bloqueios da grávida.
- Como funciona a hipnose terapêutica para libertação de medos e crenças.
- Aplicar um guião de relaxamento de Hypnobirthing.
- Praticar e ensinar algumas ferramentas para ajudar as grávidas a ganhar confiança durante a gravidez e em trabalho de parto.
- Provocar mudanças na tua prática diária para melhorar o apoio a cada mãe que acompanhas.

SESSÃO: 7 DE MARÇO DAS 20H ÀS 22H

HYPNOBIRTHING, OS FUNDAMENTOS

Entende as bases do Hypnobirthing e como as podes aplicar para transmitir mais segurança às grávidas que apoias.

Conteúdos programáticos:

- O que é o Hypnobirthing
- Benefícios do Hypnobirthing- Evidências científicas
- Como funciona o Hypnobirthing
- Fatores de sucesso do Hypnobirthing
- Principal ferramentas de Hypnobirthing
- Características do profissional que trabalha com Hypnobirthing
- Hipnose terapêutica
- Identificar pontos de mudança na prática diária
- Exercício prático e treino

2ª SESSÃO: 17 DE MARÇO

A MENTE, A GRAVIDEZ E O PARTO

Percebe como funciona a mente durante a gravidez e parto e o que podes mudar para alterar a experiencia das mulheres que acompanhas.

Conteúdos programáticos:

- Exercício de análise
- Principais medos e crenças da grávida
- Ciclo medo-tensão-dor
- Estrutura cerebral: razão, emoção e instinto
- Emoção e sentimento
- A mente consciente e inconsciente
- Benefícios da meditação e imaginação
- Áudio de auto-hipnose
- Exercício prático

3ª SESSÃO: 27 DE MARÇO

TÉCNICAS DE HYPNOBIRTHING

Aprende e treina as principais técnicas de Hypnobirthing que podes implementar na tua prática.

Conteúdos programáticos:

- Exercício de análise
- Ambiente de parto
- Promover a produção de hormonas benéficas ao parto
- Evitar a tensão no parto
- Fase Ascendente
- Respiração Ascendente
- Visualização Ascendente
- Afirmações
- Exercício prático

4ª SESSÃO: 7 DE ABRIL

APLICAÇÃO PRÁTICA DO HYPNOBIRTHING

Como aplicar as técnicas de imediato no teu trabalho diário com grávidas em contexto de parto.

Conteúdos programáticos:

- Exercício de análise
- Fase e visualização Descendente
- Respiração Descendente
- Semáforo
- Áudio-hipnose para o parto
- Construção de passo a passo
- Tomada de consciência do papel do profissional
- Protocolo de intenções
- Material de apoio e testemunhos

O QUE INCLUI O PROGRAMA

- 8 horas de formação via Zoom
- Suporte em E-Learning (4 horas + material apoio)
- 7 ferramentas para aplicação imediata
- 3 meditações áudio-hipnose
- 3 exercícios práticos
- Certificado
- Mentoria mensal durante um semestre

INVESTIMENTO

100 EUROS DE BÓNUS 1º GRUPO

297 euros- Pagamento integral

200 euros na inscrição + 105 euros até dia 15/3

Via Paypal, MBway ou Transferência bancária

Inscrição via mail: maria.hipno@gmail.com

Grupo limitado a 12 pessoas