

Das Lächeln das du aussendest,
kehrt zu dir zurück
Spruchwort aus Indien



HUMORBERATUNG

Lachen gehört zu den ersten Emotionen im Leben eines Menschen, es scheint uns angeboren zu sein und LACHEN wird auf der ganzen Welt verstanden!

Denn Lachen ist ein Lächeln das platzt!
Das Lächeln beginnt zwischen der 4. - 6. Lebenswoche und zwischen dem 4. - 5. Lebensmonat ein herzhaftes Lachen. Wobei ein Kind 400 Mal/Tag lacht, hingegen ein Erwachsener nur mehr 20 Mal/Tag (ca. 6 Minuten).

Das schönste und berührendste ist, wenn Menschen die traurig schauen, deren Augen leblos in die Ferne blicken – einfach Leben in dies Augen und Gesichter einkehrt. Ein wertschätzender Humor lässt für einen Moment Schmerzen und Leid vergessen - durch einen Perspektivenwechsel wird Trost und Freude erlebt und ein Lächeln wird möglich. Außerdem ist Humor auch eine sehr gute Burn-Out-Prophylaxe.

Deshalb wünsche ich mir eine Welt, in der Lachen das Einzige ist, was ansteckend ist. :0)

Meine Angebote:

- *) Vorträge
- *) Seminare
- *) geplante & spontane Humorinterventionen im Pfltag

Das Wesen des Humors ist
Empfindsamkeit, warmes, zartes Mitgefühl
mit allen Formen des Daseins.
Thomas Carlyle

Babys faszinierten mich schon immer und
ich habe sie schon immer geliebt!

Seit Juli 1995 arbeite ich im Landeskrankenhaus Scheibbs auf der Gyn- und Geburtenabteilung mit ca. 650 Geburten/Jahr. Als diplomierte Kinder- und Säuglingskrankenschwester begleite ich auf der integrativen Wochenbettstation Mütter und Väter mit ihrem Neugeborenen in den ersten Tagen ihres gemeinsamen Lebens.

Hier lernte ich eine Geburtshilfe kennen, wo Wünsche, Fragen und Ängste von Eltern ernst genommen werden und auf Gefühle eingegangen wird. Dieses familiäre Klima war sehr prägend für meine weitere Entwicklung.

2005 absolvierte ich die Ausbildung zur Humorberaterin und arbeite auch weiterhin im Humor and More Team unseres Klinikums mit.

Seit 2002 bin ich auch in der Mutterberatung für das Land NÖ tätig.

Bei meiner Arbeit auf der Wochenbettstation ist es eine wunderbare Aufgabe, Eltern zuzuhören, empathisch und achtsam nachzufragen, fundiertes Wissen weiterzugeben, zu unterstützen und begleiten. Stillen, ein faszinierendes und herzberührendes Thema für mich, ließ in den vergangenen Jahren dennoch immer wieder Fragen offen, speziell, wenn es um größere Kinder ging. Daher entschloss ich mich zur IBCLC - Ausbildung (International Board Certified Lactation Consultant) von 2007 – 2009. Ich bekam den „GOLDSTAUB“ für meine Arbeit und biete seitdem auch Einzelstillberatungen an.

Während dieser Ausbildung wurden mir die Zusammenhänge von Schwangerschaft, Geburt, Stillschwierigkeiten und Schreiverhalten eines Babys noch viel bewusster. Um auch hier mein Wissen zu erweitern, entschied ich mich von 2011 – 2012 zur Ausbildung Krisenbegleitung für Baby, Kleinkind und Familien (Begleitung bei Ess-Schlaf- und Schreiproblematik)!

Ich wünsche mir viele Stimmen, die sich für die Familien mit ihren Babys einsetzen und für ihre Bedürfnisse sprechen. Durch die Begleitung bei einem besten Start ins Leben, leisten wir einen wichtigen Beitrag für die Zukunft unserer Gesellschaft und tragen somit für unsere eigene Zukunft bei!

Doris Christina Teufel
Umbergstrasse 55
3292 Gaming

0676/403 99 77
do.teufel@gmail.com
www.bambini-doris.at



Still- & Laktationsberaterin (IBCLC)

Krisenbegleitung für Baby,
Kleinkind & Familie

Humorberaterin



www.bambini-doris.at

STILL- UND LAKTATIONSBERATERIN, IBCLC

(International Board Certified Lactation Consultant)
International anerkannte Zusatzqualifikation

Stillen ist wohl natürlich, nicht immer ist es ganz einfach!

Stillen ist das Beste für die Ernährung, die Gesundheit und die Entwicklung eines Kindes. Stillen beeinflusst die Mutter- Kind- Bindung positiv und saugen steht immer in Verbindung mit Kontakt und Gehalten werden durch die Mutter.

„Mutter-sein“ als Ganzes umfasst allerdings viel mehr. Mütter, die kurz oder gar nicht stillen, können ihre Kinder auf vielfältige Weise fördern und sollen auch darin unterstützt werden.

Gute Stillberatung ist achtsame Begleitung und Unterstützung bei eigenen Entscheidungen, damit Familien ihren persönlichen Weg gehen und er-leben können.

Meine Angebote:

- *) Einzelstillberatung - Hausbesuche
(Termine nach Vereinbarung)
- *) Gewichtskontrolle
- *) Stillvorbereitung in
Geburtsvorbereitungskursen
- *) empathische Begleitung und Betreuung bei
Stillproblemen und Stillsituationen
- *) kostenlose Stillberatung in der Mutterberatung
jeden 2. Donnerstag im Monat in Garming von 13 -14 Uhr
- *) Begleitung von Frauen, die nur kurz oder
eingeschränkt stillen können (bunt stillen) -
(Abpumpen, adäquate Flaschennahrung, natürliches Abstillen)
- *) Einführung von Beikost
- *) Tragemöglichkeiten
(verschiedene Techniken und Anleitung)
- *) Babymassage



KRISENBEGLEITUNG FÜR BABY, KLEINKIND UND FAMILIEN

(Begleitung bei Ess-, Schlaf- und Schreiproblematik)

Das Leben mit einem Neugeborenen ist eine der bedeutendsten Veränderungen im Leben!

Manchmal fühlen sich Eltern hilflos, verzweifelt und körperlich erschöpft, wenn Säuglinge in den ersten drei Monaten nach der Geburt häufig schreien, sich nicht beruhigen lassen, Koliken und Krämpfe entwickeln und zu chronischer Schlaflosigkeit neigen!

Hier setzt die emotionale Unterstützung mittels sanfter körpertherapeutischer Methoden, die sich sowohl an die Säuglinge als auch an die Eltern richten, ein.

Die ressourcen- und körperpsychotherapeutisch orientierte Krisenbegleitung für Schwangerschaft, Baby- und Kleinkindzeit ist eine wissenschaftlich evaluierte Methode, mit der derartige krisenhafte Lebensphasen verändert werden. In dem die dem Menschen innewohnenden Ressourcen auf kreative Weise mobilisiert werden.

Krisenbegleitung arbeitet auf der Muskelebene (Massagen) und bedeutet, Eltern und Kind auch nach Tagen und Wochen die Möglichkeit zu geben, zueinanderzufinden!



Bindung passiert auf körperlicher Nähe und Zärtlichkeit und nur durch Bindung kann Beziehung entstehen.

Krisenbegleitung beinhaltet Gewaltprävention und Kinderschutz!

Termine nach Vereinbarung!

Wenn du mich zart und
sanft berührst,
wenn du mich anschaust
und mir zulächelst,
wenn du mir manchmal zuhörst,
bevor du redest
werde ich wachsen,
wirklich wachsen!

Gedicht aus "Du bist ein Geschenk"
J.M. James-Dorothy



Empathie, Wertschätzung
und Akzeptanz



Haltearbeit

Körperpsychotherapeutische Interventionen:

Bindungsarbeit



Entspannungsarbeit

- *) bei Schwangerschaftsproblemen und Erbrechen
- *) nach schwerer Geburt
(wie z.B. rasche oder lange Geburten, Vakuum)
- *) nach Kaiserschnitt, Periduralanästhesie (PDA)
- *) bei fehlenden Saugreiz oder falschen Saugverhalten
- *) bei Frühgeburten
- *) bei mangelnder Gewichtszunahme
- *) bei erhöhten Bilirubinwerten
- *) bei Trennung von Eltern und Kind,
wenn das Neugeborene verlegt werden musste
- *) bei Behinderung des Neugeborenen –
Eltern können den Schmerz besser verarbeiten –
für das Baby ist es gleichzeitig eine Therapie
- *) wenn die Eltern noch nicht in der Lage waren,
eine intensive Bindung aufzubauen
wie z.B.: ungewollte Schwangerschaft, bei Schockerlebnis,
Geburtsstrauma, starker Babyblues, nach vorangegangener
Fehl- oder Totgeburt oder Interruptio, bei gesteigertem
Schreiverhalten eines Babys
- *) bei Fehlen des Gefühls der Verliebtheit