



Reise in die eigene Schwangerschaft und Geburt Bei Sabine Habermann in Aspach Rietenau (Nähe Stuttgart)

**Einen neuen Weg gehen und „deine Geschichte neu schreiben»
Ist das möglich? Aus unserer Erfahrung: ja!**

Mit einer „Reise in die eigene Schwangerschaft und Geburt nach Franz Renggli“

Aus vorgeburtlicher Sicht hat die Art, wie deine Zeugung, Schwangerschaft, Geburt sowie deine früheste Kindheit gewesen ist, einen wesentlichen Einfluss darauf, wie du heute lebst, was für Themen dich im Leben hindern, herausfordern und auch, was dir gut gelingt.

Hast du Fragen? Am Ende des Textes findest du die wichtigsten Antworten auf Fragen (FAQ).

Datum: 04.- 6.9.2026

Durchführung	Sabine Habermann
Co-Therapeutin:	Ania Diamantis-Glanzmann
Beginn und Ende:	Anfrage bei Sabine
Ort:	Aspach Rietenau
Kosten:	750 € (mit eigenem Prozess) / 250 € (ohne eigenen Prozess)
Fragen:	+41 (0)79 701 01 56 / mail@ania-diamantis.ch
Anmeldung:	bei Sabine: https://www.lebens-kunst-raeume.com/reise-in-die-eigene-schwangerschaft

Kostenloser Zoomcall

Am 11.8.26 20.30 Uhr gibt es einen Zoomcall, bei dem ich erkläre, wie ich die pränatale Körper- und Traumatherapie sowie die Systemische Therapie kombiniere und was das für dich bedeuten kann. Gerne darfst du an dem Abend auch deine Fragen stellen. Melde dich gerne per Mail an: mail@ania-diamantis.ch

Ania Diamantis-Glanzmann

Über Sabine: folgt

Über Ania: Ich habe seit 2010 eine Praxis und habe von 2021 bis 2025 als Co-Ausbildnerin die letzte Weiterbildung mit Franz Renggli geleitet. Zudem habe ich mehr als drei Jahre mit ihm die wöchentlich stattfindende Mittwochsgruppe geleitet, bin seine Assistentin im Babyseminar, das jeweils über Pfingsten stattfindet und einmal im Jahr bin ich als seine Co-Therapeutin an einem viertägigen Paarseminar tätig. Zudem ist die prä- und perinatale Körper- und Traumatherapie in Ergänzung mit meinem systemischen Wissen meine Basis, die ich tagtäglich in Einzelsitzungen und Online anbiete.

Du bist einzigartig und wertvoll - mit all deinen Ecken und Kanten!
Während meiner Begleitung werden Krisen zu Chancen, Unerfülltes zu Wendepunkten,
Fesseln zu innerer Freiheit und Dein Rucksack zu einem Luftballon.



FAQ

Reise in die eigene Schwangerschaft und Geburt für Paare und Einzelpersonen

Was bedeutet „eine Reise in die eigene Schwangerschaft und Geburt“?

In dem Seminar geht es darum, dass du mit einem Thema oder Anliegen „auf die Reise“ gehst. Als Pränataltherapeutin gehe ich davon aus, dass vieles von dem, was uns heute beschäftigt, sich immer wiederholt oder uns nicht gut gelingt, seinen Ursprung in der Zeit hat, **als wir im Bauch unserer Mutter waren**. Das können auch Krankheiten oder Symptome sein, Beziehungsprobleme oder Schwierigkeiten bei der Arbeit – grundsätzlich alles, was du in deinem Leben ändern oder dem du auf den Grund gehen möchtest.

Wichtig: Ab sofort spreche ich hier nur noch von der Reise und meine damit das oben beschriebene.

Gibt es einen Weg seine Geschichte „neu zu schreiben“? Aus unserer Erfahrung: ja! Mit der prä- und perinatalen Körper- und Traumatherapie nach Franz Renggli ist eine Neuerfahrung möglich was sich anfühlt, als hätten wir unsere Geschichte neu geschrieben.

Muss das Thema etwas sein, das mir während meiner Schwangerschaft passiert ist?

Nein, du kommst mit einem Thema oder Anliegen, das dich aktuell beschäftigt, sich wiederholt oder etwas, das du gerne ändern möchtest. Das ist der Ausgangspunkt für die Reise.

Lande ich bei meinem Prozess immer in der Schwangerschaft oder Geburt? Nein. Es kann auch sein, dass du mit deinem Thema nicht in dieser frühen Zeit ankommst. Da wir in diesem Seminar von dieser Zeit ausgehen, ist die Neuerfahrung das wichtige und nicht, in welche Zeit genau du «hinreist».

Was ist, wenn ich gar nichts weiss über meine Schwangerschaft und Geburt?

Kein Problem. Der Prozess wird uns zeigen, was aus dieser Zeit für dein Thema wichtig ist.

Sind alle meine Themen in der Schwangerschaft entstanden?

Vermutlich nicht. Es gibt noch andere Annahmen, z. B. dass etwas im Zusammenhang mit deiner Herkunftsfamilie steht oder vielleicht auch aus anderen Leben kommt. Der Vorteil, wenn du dich von mir begleiten lässt, ist, dass ich auch Systemaufstellerin DGfS (Familienaufstellerin) bin. Das heisst, ich habe Methoden, um auf deine Herkunftsfamilie zu schauen und dort, falls nötig, etwas aufzulösen. Andere Leben zeigen sich manchmal auch – hier gehen wir mit derselben Methode wie oben beschrieben vor. Du wirst verstehen, was ich meine, wenn du das selbst erlebst.

Du bist einzigartig und wertvoll - mit all deinen Ecken und Kanten!
Während meiner Begleitung werden Krisen zu Chancen, Unerfülltes zu Wendepunkten,
Fesseln zu innerer Freiheit und Dein Rucksack zu einem Luftballon.



Was ist der Unterschied zwischen dieser Arbeit in einem Seminar und in der Einzeltherapie?

Der grosse Unterschied ist, dass im Seminar noch andere Menschen dabei sind. Das bedeutet: Sie gehen für dich in sogenannte „Rollen“, wodurch sich Dynamiken und Dinge zeigen, die sonst oft im Verborgenen liegen. Du kannst, wenn du magst, auch Mitreisende bei anderen Teilnehmenden sein und in sogenannte Rollen eintauchen. Dadurch kannst du viel aus anderen Prozessen mitnehmen. Durch die verschiedenen Reisen und Prozesse gewinnst du viel mehr Selbsterfahrung.

Was habe ich davon, wenn ich ein Seminar bei euch buche?

Du wirst dich, soweit du das möchtest, auf ein Anliegen oder Thema einlassen. Wir sind für dich da, begleiten dich und halten den Raum. In deiner Reise gehen wir gemeinsam mit dem, was sich bei dir zeigt – immer mit Beachten deiner Wünsche und Grenzen.

Ich bin nicht so der „Gruppenmensch“. Gibt es die Möglichkeit, mich zurückzuziehen?

Ja, die gibt es. **Die Seminarzeiten sind fix, und wir wünschen uns, dass alle Teilnehmenden von Anfang bis Ende dabei sind.** Innerhalb des Seminars gibt es jedoch Möglichkeiten, sich hinzulegen, zu schlafen, auch mal ein bisschen rauszugehen oder sich in den Garten oder die Küche zurückzuziehen. Vieles ist in Absprache möglich. Und auch hier ist eine Neuerfahrung möglich, da du durch das Verlangsamten und die individuelle Begleitung eine ganz neue Erfahrung machen kannst. Dein Wunsch, eine andere Erfahrung zu machen und dich in einen neuen Raum zu begeben ist die Basis, in der Heilung und Weiterentwicklung möglich ist.

Wieso ist die Zeit am Abend nicht klar begrenzt?

Die Person, die an der Reihe ist zu reisen, bekommt die Zeit, die sie braucht. Das heisst, wir können nie genau sagen, wie lange ein Prozess geht. Manchmal dauert eine Reise eine Stunde, manchmal auch drei. Wichtig ist: Die Dauer der Reise sagt nichts über die Qualität der Reise aus.

Kostenlose Zoomcalls

Es gibt Zoomcalls, bei dem ich erkläre, wie ich die pränatale Körper- und Traumatherapie sowie die systemische Therapie kombiniere und was das für dich bedeuten kann.

Gerne darfst du deine Fragen stellen. Melde dich per E-Mail an:
mail@ania-diamantis.ch.

Du bist einzigartig und wertvoll - mit all deinen Ecken und Kanten!
Während meiner Begleitung werden Krisen zu Chancen, Unerfülltes zu Wendepunkten,
Fesseln zu innerer Freiheit und Dein Rucksack zu einem Luftballon.