



**En unik en-dags utbildning för
väntande- och/eller nyblivna
föräldrar om deras barns
Neurologiska utveckling.**

**För dig som vill veta hur du/ni kan påverka
ert barns framtid.
OCH, för dig som till vardags arbetar med barn.**

www.QINOpraktik.se
www.sweQINO.se





En en-dags utbildning för blivande föräldrar och småbarnsföräldrar som vill veta hur ni kan påverka ert barns framtid.



Det du sår på våren får du skörda på hösten.

Vad sår du för frön i ditt barns hjärna som de senare får skörda?

En en-dags utbildning som garanterat är den viktigaste du någonsin har varit eller kommer gå i framtiden. Det spelar ingen roll vad du gått för kurser eller utbildningar tidigare, hur du snart/nu kommer påverka ditt barn slår allt i viktighetsgrad.

Men det är inte bara ni som får ett barn, det är också ett barn som får föräldrar. Ni blir den enda fasta punkten i hennes/hans liv. Barnet kommer lita på dig som mamma och pappa.

Dagen handlar INTE om barnuppfostran, vilken barnvagn du ska köpa eller hur du byter blöjor.

Den handlar om mycket djupare ämnen; Hur påverkas ditt barn av din stress? Hur påverkas ditt barns intelligens och välmående på hur mycket du och din partner stressar? Kan du påverka detta genom att bättre hantera din stress? Läs mer på nästa sida.

En helt unik en-dags utbildning som vänder sig till dig som är gravid, eller dig som har fått barn ganska nyligen. För dig som vill veta hur du och din partner ska kunna påverka barnet i positiv riktning - att bli en lugn, trygg, själsäker individ och inte någon som måste jobba hela tiden för att få andras bekräftelse eller ha svårt att säga nej.

Ditt livs viktigaste utbildning, det du sår på våren får du skörda på hösten.





1-dags utbildning i hur du påverkar ditt barn



Under denna en-dags utbildning tar vi upp och arbetar med ämnen som berör olika områden:

På Förmiddagen fokuserar vi på barnet och er roll i förhållande till detta:

Barnets utveckling:

När barnet så småningom blir stor, kommer han/hon att arbeta utifrån de program de fått inprogrammerade av andra: Jantelagen, ”Vi är inte gjorda av pengar”, Kontrollbehov, Svårt att säga nej, även om andra är nöjda med ditt arbete så känner du att du hade kunnat göra det ännu bättre. Prestationsångest
Rädsla att inte duga. Vi jagar hela tiden andras bekräftelse.
Det vi sår i våra barns hjärnor får de skörda senare i livet.

- Hur påverkas ditt/ert barn av din/er stress?
- Påverkas ditt/ert barns utveckling positivt eller negativt av din/er stress?
- Vid vilka perioder utvecklas barnets hjärna och hur kan du påverka denna utveckling?
- Vad måste du undvika för att inte programmera in felaktiga program/mönster i ditt barn?
 - Hur skapas mönster/program i våra barns hjärnor?

Efter lunch skiftar delvis spår, då ägnas resten av dagen åt till exempel:

Din/Er roll som par och föräldrar:

- Hur påverkas du/ni som par av stressen att snart få barn, eller oron att ni ska göra ”fel”?
 - Påverkas ert förhållande positivt eller negativt av denna stress?
 - Hur hanterar mamma stress? och pappa. Är det lika?
 - Vad har vi för försvar till vårt förfogande och hur kan vi påverka detta?
 - Vad kommer hända mer er relation nu när ni ska bli föräldrar?
 - Vad behöver mamma, och pappa för att bearbeta stressen?
- Vad kan du göra för att underlätta för din partners hanterande av sin stress? Vad ska du INTE göra?
 - Hur ser din tro på dig själv ut? Spelar den någon roll?
- Vilka personlighetstyper är ni som föräldrar och hur kommunicerar man ”över” gränserna?

Framtiden:

- Hur ändrar vi våra tankar?
 - Kan vi bara sluta att tänka negativa tankar?
- Vårt undermedvetna. Sätter den käppar i hjulet för oss? Vad betyder det ”undermedvetna”?
 - Får vi energi av vissa situationer? Kan vi dräneras på energi? Vad är energi?
 - Livet är som två oxar som plöjer en åker? Vad betyder det?
 - Livet är som en fotbollsmatch. Om du ligger under, ändra taktik. Hur?
 - Målsättning. Varför? Vad spelar det för roll?
 - Vad har vi för drivande krafter som hjälper oss mot våra mål och vilka hindrande krafter har du i ditt liv som hindrar dig att gå framåt?

Detta är några av de ämnen vi tar upp, men det är mycket mer än detta.

Vi varvar föreläsning men demonstrationer om hur vår kropp faktiskt fungerar, övningar och mycket skratt.



1-dags utbildning i hur du påverkar ditt barn



Det du sår på våren får du skörda på hösten.

För vem:

Utbildningen vänder sig till dig som är gravid, eller dig som har fått barn ganska nyligen (inom 4 år). För dig som vill veta hur du och din partner ska kunna påverka barnet i positiv riktning - att bli en lugn, trygg, självsäker individ och inte någon som hela tiden måste kämpa för att få andras bekräftelse eller ha svårt att säga nej, varför inte slänga in lite kontrollbehov.

Till dig som vill sitta i förarstolen och ha makten att påverka ditt barns utveckling och inte bara passivt sitta i passagerarsätet och hoppas att andra ska hjälpa/vägleda dig när det gäller det viktigaste i ditt liv - ditt barn

Målsättning:

Målet är att ge kunskaper och förståelse att:

- Förstå hur er stress påverkar barnet negativt.
- Förstå vikten av en bra kommunikation
- Förstå hur ni kan påverka er utveckling som par, genom att förstå hur den andra parten fungerar och hur vi kan stödja vår partner i sin utveckling.
- Förstå och hur ni kan påverka hur ni tolkar signaler/situationer.
- Sätta er i förarsätet och inte vara beroende av andras råd/bristfälliga kunskap
- Förstå att män och kvinnor hanterar och bearbetar stress på olika sätt. Do's and don't's
- Förstå att det du sår på våren får du skörda på hösten.

Kursavgift:

Priset för en en-dags kurs ligger på 1 800 kr per person eller 2 600 för er som par.

MEN. INTE NU.

Medverkan via Webinarie: 400 kr (inkl allt).

I kursavgiften ingår kursdokumentation och moms.

Datum: 2 Maj 2020

Plats: Online, i en soffa eller matbord nära dig.

- | | |
|---------------|--|
| 10,00 | Välkomna |
| 10,00 - 12,00 | Kursstart, Föreläsning, Hjärnans och fostrets utveckling |
| 12,00 - 13,00 | Lunch |
| 13,00 - 14,30 | Föreläsning, Negativa tankar, Stress, Målsättning, kommunikation |
| 14,30 - 15,30 | Grupparbete |
| 15,30 - 16,00 | Reflektioner och tankar |

FM

Om barnets
utveckling och
framtid

EM

Om Föräldrar,
deras kommunikation,
Samarbetsförmåga,
lyhördhet och
målsättning

Anmälan: via mail eller hemsidan

mikael@qinopraktik.se eller www.sweqino.com





1-dags utbildning i hur du påverkar ditt barn



Det du sår på våren får du skörda på hösten.

Vem är utbildaren:

Jag, Micke Dahlström har arbetat med människor i snart 26 år, allt från landslagsuppdrag, förbundsuppdrag, konsult på TV4 till att arbeta med självmordsbenägna, deprimerade, desperata människor, hjälpt sju par bli gravida samt hjälpt massvis med par förstå deras roller som par och förälder. Förutom att ha hjälpt människor på min klinik har jag dessutom två stycken skolor, en i Sverige och en i England där jag vidareutbildar läkare, sjukgymnaster, kiropraktorer, Naprapater och massörer. Jag har bland annat utbildat Manchester City's terapeuter och Engelska Rygbylandslaget.

Vad säger tidigare deltagare:

- Duktig på att fånga allas intresse, mycket bra exempel, liknelser. Logiskt resonemang som var lätt att följa.
- Kändes genomtänkt och genomarbetat.
- Kursen har gjort att jag fått bättre relationer på alla plan, upplever mig själv som mer lugn och trygg i mig själv
- Mycket bra och pedagogisk
- Mycket kunnig, lång erfarenhet, pedagogisk, mycket underhållande
- Jag gillade verkligen att Micke blandade kunskap och föreläsning med demonstrationer hur kroppen faktiskt reagerar på stress. Väldigt tankvärt. Lite skrämmande faktiskt.
- Kompetent och engagerande lärare, med en helt enorm kunskap.
- Mickes metaforer och beskrivningar är helt outstanding. TACK
- Lugn, rolig, talar verkligen ett språk som jag gillar.
- Överträffade alla mina förväntningar, den bästa kurs jag gått
- Inspirerande och kunning. Jätteinspirerande och vilket engagemang.

Vad var du särskilt nöjd med?

- Att jag fått så många bra verktyg för att hantera min egen stress/oro
- Tankeväckare. Hade ingen aning om någonting av detta. Helt otroligt intressant
- Man vågar fråga! Micke kunde svara logiskt på varenda fråga som ställdes. Imponerande.
- Spännande metaforer, bra beskrivningar av alla aspekter
- Bra att se stress från en annan synvinkel
- Bra blandning mellan föreläsning och grupparbete. Och demonstrationerna. Bra. Skitbra.
- Grundförståelsen och verktygen
- Kombinationen av bredd och djup, praktiska övningar och grupparbeten. Jävt bra.
- Dialogen i rummet, engagemang hos deltagare. Teoretiska kunskapen om stress, orsaker samt verktyg att ta med sig själv och medarbetare ur det.

Detta är ett axplock.

För anmälan, frågor eller övriga ärenden: Hör av dig.

mikael@qinopraktik.se

eller ring på 0707 - 99 66 36

Micke Dahlström, leg kiropraktor

