

## POURQUOI CE TRAVAIL SUR LES PEURS ?

### LA NECESSITE ET L'URGENCE

Même si elles ne le conscientisent pas toujours vraiment, de très nombreuses futures mères portent en elles de lourdes peurs et parfois même une grande souffrance. La grossesse en véritable initiatrice, ramène à la surface les vécus douloureux du passé. Il en va de même avec le post-partum ou se met en place la parentalité.

Mais même, si le mal-être est là et les perturbe énormément, la plupart d'entre elles refusent de faire le pas vers une thérapie qu'elles jugent inopportune.

Sur ce terrain érodé et instable, vient se greffer encore une autre difficulté : L'hyper médicalisation.

### STRESS ET PATHOLOGIES

Pourtant, le travail sur les peurs est fondamental. L'enjeu est majeur. Le lien entre l'accompagnement des parents lors de stress ou de difficultés psychologiques en périnatal et leur santé (ou celle de leurs enfants) a été clairement mis en évidence. De nombreuses études scientifiques l'établissent. Les stress peuvent aussi se transmettre à l'enfant et orienter sa vie vers un mode de fonctionnement non-libéré.

Et pourtant, l'accouchement est initiatique... Il y a là en réalité, une occasion inespérée pour chacune de travailler à sa propre reconnaissance, de s'ouvrir à sa capacité de femme et de mère. De plus, lâcher le conflit initial répare, permet de s'affranchir d'un bon nombre de pathologies ou de blocages concernant la grossesse ou l'accouchement et de mettre au monde des enfants sereins.

### LA SAGE-FEMME AU CŒUR DU RESEAU PSYCHOPERINATAL

Cette souffrance, la sage-femme virtuose de la physiologie, qu'elle le veuille ou non, y est journellement confrontée. Mais étant une médicale, elle a besoin d'un cadre fiable et d'une technique éprouvée pour l'appréhender. De plus, des études récentes ont prouvé, que dans le réseau de périnatalité (tous secteurs confondus), c'était elle qui était le mieux placée pour accueillir les facteurs de stress des patientes. Ceci est dû autant à sa compétence médicale qui met en sécurité, qu'à son versant physiologique qui rassure. En réalité, les sages-femmes, n'accompagnent pas les femmes qu'à la naissance, elles ont l'opportunité, **d'accompagner les femmes à la vie...** C'est même au-delà de la technique, leur rôle majeur qui justifie leur nom de "Sage" Femme.

Mais la force de ce travail, c'est qu'en plus d'un **cadre**, il propose pour chaque difficulté du pré ou post-partum de **puissants outils** à mettre en place dans l'ici et maintenant.

## PROGRAMME NIV 1

### «Les peurs de la grossesse et de l'accouchement»

\* \* \*

### JOUR 1

Tour de table, présentation, objectifs du stage

#### L'ETAT DES LIEUX DE LA NAISSANCE, LES OBSTACLES :

- Une société du stress et de l'avoir d'où le cœur est exclu
- Naissance et hyper-médicalisation
- La grossesse psychique et la remontée des mémoires
- ...

#### LES REGLES DE BASE

##### Formation psychique du fœtus

- L'enfant tableau, l'éponge
- "J'ai" ou "Je suis", la loi de "Amour / non-amour"
- Manque, refus, vide, émotion
- La naissance des fausses lois du mental et des stratégies de survie
- L'ego, le mental et le contrôle
- La grande confusion entre avoir et être
- ...

##### Les règles et mécanismes de fonctionnement

- Le cerveau « grand ordinateur », les clés de son code
- Le passage des stress dans le corps
- Stress grossesse et accouchement
- Les passages en trans générationnel
- Se ré-harmoniser en retrouvant l'émotion d'origine
- La zone d'implantation des projections
- La possibilité d'agir directement sur l'enfant
- Accepter ou non la grossesse
- ...

##### L'enfant

- Petit manuel à l'usage de la construction des bébés
- L'impact négatif et l'attitude juste
- Comment communiquer avec les bébés
- Le couple parent et le couple amant
- Le jardinier ou le potier
- ...

### JOUR 2

#### LES OUTILS POUR ABORDER LES PEURS

La transmission des outils  
L'engagement, la vigilance

Présentation des 23 outils psychiques spécifiques au travail sur les peurs dans l'ici et maintenant

Les outils techniques pour renforcer le travail sur les peurs

#### LA RECONNAISSANCE DE SOI : le « JE SUIS CAPABLE »

Le respect de soi / L'espace / La femme / La communication ...

### JOUR 3

#### L'ACCOUCHEMENT PASSAGE INITIATIQUE

- Les 3 clés si précieuses...
- La transparence psychique de la grossesse, le grand passage d'enfant de mes parents à parent de cet enfant là
- L'ouverture sur le changement, la possibilité de réparer les projections du passé ...

#### LES PEURS DE LA GROSSESSE ET DE L'ACCOUCHEMENT

Les clés de la réussite du travail sur les peurs

#### Les peurs et les réparations :

- La peur de ne pas être capable
- La peur de ne pas être une " bonne " mère
- Peur de l'abandon, vivre le départ du père
- Peur de l'enfant a-normal (responsabilité et culpabilité / comment aborder le triple test et l'amniocentèse / Réparation des IVG)
- Peur de la césarienne (Visualisation à faire pour un passage par la voie haute)
- Peur de l'épisiotomie
- Peur du pouvoir médical et de l'hyper médicalisation
- Peur de souffrir
- Peur de pousser
- Peur de perdre son espace, de perdre le contrôle
- Peur d'être une mère sacrifice
- Peur de sur protéger
- Peur de la jalousie de l'aîné / d'aimer un plus que l'autre
- L'image