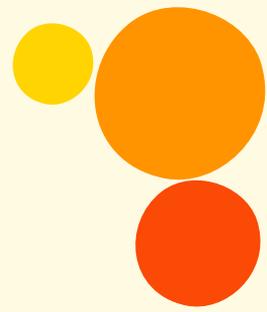




VIVRE UNE GROSSESSE SEREINEMENT AVEC LES FLEURS DE BACH



Formatrice : Coline Fruleux

Prérequis :

- Professionnels de la santé
- Professionnels du bien-être
- Connaître le principe des fleurs de Bach

Objectifs :

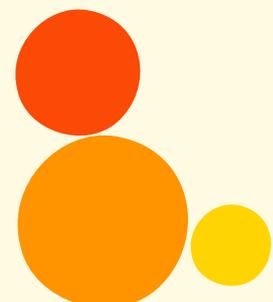
- Comprendre les enjeux émotionnels liés à la grossesse (désir d'enfant, conception, transformations corporelles, préparation à l'accouchement, post-partum...)
- Identifier les émotions spécifiques rencontrées à chaque étape de la grossesse
- Proposer des fleurs de Bach adaptées à chaque femme enceinte en fonction de son vécu et de son ressenti
- Guider les futures mamans vers une meilleure gestion émotionnelle en toute autonomie

Outils et méthodes mobilisés :

- Distanciel synchrone
- Supports de cours téléchargeables

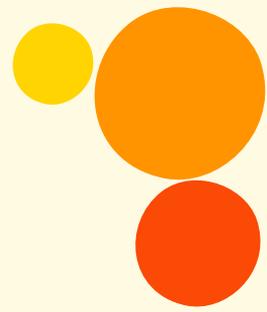
Durée : 6 heures

Tarif : 300€





VIVRE UNE GROSSESSE SEREINEMENT AVEC LES FLEURS DE BACH



Programme :

- Rappel sur les élixirs floraux du Dr Bach
 - Principe des fleurs de Bach et leur action sur les émotions
 - Intérêt des fleurs de Bach dans un accompagnement de la grossesse et de la maternité
- Déterminer les enjeux émotionnels autour de la grossesse
 - Le contexte personnel et familial : histoire de vie, liens transgénérationnels et place de la maternité
 - L'influences socio-culturelles : attentes sociétales, pression familiale, idéalisation de la maternité
 - L'impact psychologique et émotionnel : peurs, doutes, transformations identitaires et physiques
 - Les aspects sanitaires et écologiques : stress lié à la santé du bébé, questionnement sur le choix de naissance
- Anticiper les principales émotions liées à la grossesse
 - La peur de l'inconnu et de l'accouchement
 - Les doutes sur ses capacités à être mère
 - La fatigue et les variations émotionnelles
 - L'anxiété liée aux examens médicaux et aux risques de complications
 - Le sentiment d'isolement et de solitude
 - L'acceptation des transformations corporelles
 - La préparation à la séparation avec le bébé après l'accouchement
- Posture du thérapeute
 - L'écoute active et bienveillante face aux émotions fluctuantes
 - Guider sans imposer, respecter le rythme et les besoins de la future maman
 - Identifier les mots-clés pour mieux cibler les émotions sous-jacentes
 - Accompagner avec justesse sans ajouter de pression ou d'attentes irréalistes
- Choisir et composer ses élixirs
 - Identification des fleurs de Bach les plus adaptées à chaque étape de la grossesse
 - Elaboration de protocoles personnalisés selon le profil de la femme enceinte
 - Association des élixirs pour un soutien évolutif au fil de la grossesse

