

Qu'est-ce que l'hypnose périnatale ?



[Source : Sylvia Legrillon]

On se pose souvent la question sur certaines choses qui paraissent un peu « nébuleuses » et qui avec des explications orales, faites par des professionnels passionnés par leur activité, deviennent beaucoup plus limpides.

Dans cette vidéo, vous saurez :

- – À quoi sert l'hypnose périnatale
- – À qui cela s'adresse.
- – À quel moment de la grossesse on peut commencer à en bénéficier ?
- – Quels en sont les bienfaits.
- – Que ressent-on au cours d'une séance ? Et après ?...

Anne-Marie Lajeunesse est Sage-Femme de formation et a rencontré l'hypnose en 2008 lors de la naissance de son neveu Benjamin né à la maison avec Hypnobirthing [HypnoNatal ou hypno-accouchement] (Brisbane Australie).

Bluffée par cette naissance toute en douceur, elle a alors cherché à se former en hypnose dans son domaine de compétences : la périnatalité.

Dans cette vidéo, vous comprendrez tout l'intérêt qu'une future maman peut avoir à opter pour cette méthode, pour son plus grand bien-être et celui de son bébé.

Un grand merci à Anne-Marie de nous parler avec passion de cette merveilleuse méthode, qui a déjà aidé tant de futures mamans à vivre une grossesse et une mise au monde de leur bébé dans la sérénité.

- 0:00 Introduction
- 0:11 Qui est Anne-Marie Lajeunesse ?
- 1:08 Quelle est sa formation ?
- 4:10 Pourquoi Anne Marie n'a pas de cabinet de consultation ?

- 7:01 Est-ce que la méthode peut s'adapter à toutes les futures mamans ?
- 9:33 Dans quelles circonstances la méthode est particulièrement recommandée ?
- 13:00 Qu'est-ce que le « tourisme » hypnotique ?
- 14:26 Qu'est-ce qu'on entend par « hypnose périnatale » ?
- 16:05 Les limites de la spécialisation dans un domaine spécifique ?
- 17:20 En quoi consiste la méthode HypnoNatal et qui l'a créée ?
- 17:40 Combien de séances sont nécessaires et à quel rythme doivent-elles être faites ?
- 18:30 Quels sont les bienfaits pour la future maman ?
- 24:35 Y a-t-il un « suivi » que la future maman doit faire elle-même à domicile ?
- 26:00 Est-ce que le « co-parent » (le conjoint, le papa) a un rôle à jouer ?
- 28:00 Est-ce qu'Anne-Marie est présente le jour de l'accouchement ?
- 29:32 Précision sur la fréquence des séances.
- 30:55 Comment ça se passe concrètement pour la future maman quand elle pratique l'hypnose ?
- 33:35 Et est-ce que le bébé bénéficie aussi des bienfaits ?
- 36:50 Quelques précisions sur l'intérêt de passer par cette méthode ?
- 38:15 Quelques témoignages des mamans qui ont bénéficié de la méthode.
- 43:00 Est-ce que les séances peuvent se faire en téléconsultation ?
- 44:15 Comment peut-on prendre rendez-vous avec Anne-Marie (elle donne son numéro de téléphone et son email ?
- 44:53 Remerciements
- 45:35 Quelques précisions supplémentaires d'Anne-Marie concernant l'autohypnose.
- 49:29 Conclusion
- 50:29 Coffret cartes « bébé Zen » créée par Lise Bartoli
- 51:50 Témoignages et photos des bébés