



LE 4E TRIMESTRE

AVEC INGRID BAYOT

Les co-dépendances mère enfant continuent après la naissance via les jeux hormonaux, l'adaptation du sommeil maternel, la sensibilité émotionnelle, la lactation (faire du lait) et l'allaitement (nourrir un bébé). La régression des structures mises en place durant la gestation, fait partie d'un cheminement vers un nouvel équilibre corporel qui n'est pas un « retour », mais un processus. La méconnaissance des différents aspects de ce temps si particulier du corps féminin empêche les femmes de prendre conscience de leurs besoins et de les exprimer. La pression sociale, intériorisée par beaucoup, pousse vers un retour rapide à ce qui est désigné comme « la normalité » : un corps qui n'aurait jamais connu de grossesse. Ces pressions ne permettent pas de se déposer, ni de s'accorder bienveillance et tendresse. Contrairement à la naissance-parturition qui est très accompagnée, cette longue naissance de l'après se traverse dans le quotidien, dans une relative solitude, qui peut créer ou réactiver des fragilités personnelles

OBJECTIFS DU COURS / CONTENU

Apporter des connaissances sur les co-dépendances mère enfant qui continuent après la naissance, ainsi que sur l'involution des structures mises en place durant la gestation. Décrire les enjeux essentiels d'un meilleur accompagnement de cette période si sensible de la vie féminine, conjugale, familiale. Rencontrer les besoins spécifiques des femmes et des familles, et proposer de multiples pistes pour un accompagnement diversifié, créatif et adapté.

- À la lumière des conditions d'apparition de notre espèce Sapiens, organisée, sociale et langagière, comprendre les besoins physiques, émotionnels et sociaux des nouvelles mères d'aujourd'hui.
- Les enjeux individuels et collectifs des méconnaissances et des décalages entre les attentes envers les mères et les moyens dont elles disposent. Le mythe du congé et du repos.
- Sortir des dénis collectifs et construire une meilleure connaissance des différents processus du postpartum : quelles conséquences aux niveaux politique, sociologique, familial, personnel ?



OBJECTIFS DU COURS / CONTENU

- La post-gestation d'un bébé Sapiens, immature et dépendant ; la boucle des gratifications réciproques et les moyens de la protéger, et au besoin de la restaurer.
- Description détaillée de la dégestion, ce processus physique intensif, qui n'est ni un retour, ni un rétablissement, mais un cheminement vers un équilibre physiologique inédit. Ressenti du corps féminin en transition ; schéma corporel et symbolique de l'ouvert et du fermé, du plein et du vide. Perceptions variables de la sexualité dans l'après naissance et la suite du postpartum. Questions, désarrois, réapprovoisements, supports, célébration...
- Les pistes pour prévenir l'épuisement maternel et les dépressions du postpartum. Les facteurs de fragilisation – grossesses rapprochées, hémorragie de la délivrance, accouchement traumatique, etc. Ce qui signale la nécessité d'un accompagnement plus diversifié.
- L'arrimage de la parentalité et de la conjugalité. L'intimité amoureuse au temps du nid intensif : les enjeux inconciliables, les ajustements possibles, le dialogue au jour le jour. Le quatrième trimestre au masculin, défis et problématiques propres.
- Repenser le très ancien dans le contexte du 21e s. Réinventer le soutien communautaire, via la démarche centripète –aller vers la dyade, protéger et entourer, ou centrifuge –inviter la dyade à des activités, offrir des lieux accueillants et socialisants. Moyens, temporalité et alternance de ces démarches.

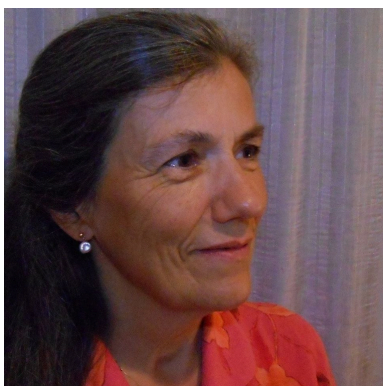


LE 4^E TRIMESTRE

AVEC INGRID BAYOT



Formule : Virtuelle	Durée : 2 jours
Nombre d'heures créditées : 60h	Horaire : 9-17h
Évaluations : Oui (sous forme d'entretien avec l'enseignante)	
Matériel : Cahier de cours	
Pré-requis : Lectures préalables (envoyées par l'enseignante 1 semaine avant le début de la formation)	
À qui s'adresse la formation : Accompagnantes à la naissance, intervenantes en périnatalité et postpartum	
Cursus : Ce cours fait partie du cursus "Naturothérapie périnatale" dans la concentration postpartum/parentalité	



À PROPOS DE L'ENSEIGNANTE

Ingrid Bayot est infirmière et sage-femme de formation belge. En 2003, elle complète un diplôme universitaire en Lactation Humaine et Allaitement (DULHAM) à la Faculté de Médecine de Grenoble. Aussi formée en communication et en psychologie, elle assure depuis 1991, des formations en périnatalité et allaitement, en Europe et au Québec où elle réside depuis 1996. De plus, Ingrid Bayot A ÉTÉ chargée de cours à l'UQTR dans le Baccalauréat en Pratique Sage-femme au Québec DE 2001 À 2021. Elle est l'auteure de nombreux articles et livres dont « Parents futés, bébé ravi » (Éd. Robert Jauze) et « Le quatrième trimestre de la grossesse » (Éd. ÉRÈS).