

FORMATION SPECIFIQUE

**« ACCOMPAGNER LA
PERINATALITE »**

**PRATIQUE CREATIVE
ARBRE CŒUR FAMILIAL**

2ème TRIMESTRE 2ème partie



CRÉER L'ARBRE CŒUR DE NOTRE FAMILLE

Ce 2ème trimestre est avant tout la rencontre entre la maman et son bébé, ainsi que le papa et son bébé...
Lorsqu'il s'agit du 1er enfant, cette étape correspond à la cellule familiale qui se crée, sans oublier la mutation du couple en « Couple familial »...

Pour terminer et illustrer ce 2ème trimestre, nous pouvons inviter la maman à expérimenter cette pratique créative afin de sceller l'accueil de Bébé dans la famille...

- Cette pratique est à démarrer en séance... Mais il est tout à fait possible qu'elle se continue à la maison ... Avec les autres membres de la famille: papa... La fratrie... Les grands parents maternels et paternels... Chacun représentant à sa façon sa place dans l'arbre...
- Cette pratique permet ainsi aux membres de la famille de se préparer à accueillir bébé... Surtout pour la fratrie...
- Il est tout à fait possible pour la future maman de réaliser son arbre cœur directement dans son livre de grossesse, tout comme l'inviter à le représenter sur une grande fresque de papier qui pourra être installée sur le mur de la future chambre de bébé...

Cette pratique se présente en plusieurs étapes... Pour permettre le temps d'intégration de chaque étape... Il est recommandé de les étaler sur plusieurs séances... En faisant le point sur le vécu de la future maman en début de chaque nouvelle séance...

CRÉER L'ARBRE CŒUR DE NOTRE FAMILLE

1ÈRE ÉTAPE

Dessiner un arbre cœur...

- **Avec ses racines...** qui correspondent aux Forces venant de la famille... Du clan... Sur lesquelles Bébé pourra prendre appui
- **Puis le tronc avec son écorce...** Qui symbolise l'utérus de maman... Une matrice nourrissante... Sécurisante... Et Protectrice...
- **Les branches...** Symbolisant les niveaux de la famille...
- **Les 1ères branches** représentent la fratrie s'il y a... Sinon elles vont représenter le niveau de papa à gauche... Et le niveau de maman à droite...
- **Les 2èmes branches** représentent papa et maman (voir ci-dessous) si les 1ères branches ont représenté la fratrie... Sinon elles vont représenter le niveau des grands parents... Les grands parents paternels à gauche... Les grands parents maternels à droite...
- **Les 3èmes branches** représentent les grands parents de Bébé si les 2èmes branches ont représenté les grands parents... Sinon elles vont représenter les arrière grands parents paternels à gauche... Et les arrière grands parents maternels à droite...

CRÉER L'ARBRE CŒUR DE NOTRE FAMILLE

2ÈME ÉTAPE

Au cœur du tronc de l'arbre cœur... Créer un nid symbolisant la matrice accueillant Bébé... Une matrice pleine de lumière et de toutes les qualités que la future maman désire apporter durant le temps de gestation à son bébé pour sa croissance.. Son bien être...

Puis représenter **les feuilles de l'arbre...**

Au niveau de chaque branche... Symbolisant les qualités familiales transmises à bébé pour sa future vie à venir...

- Pour cela demander à chaque membre de la famille (y compris aux grands parents et arrières grands parents) de formuler quelles sont les plus belles qualités venant d'eux qu'ils désirent transmettre à bébé...
- Lorsque les feuilles ont été dessinées... Inscrire dans chacune la qualité transmise...

3ÈME ÉTAPE

Puis représenter **les fruits de l'arbre...**

Au niveau de chaque branche... Symbolisant les dons et talents familiaux transmis à bébé pour sa future vie à venir...

- Pour cela demander à chaque membre de la famille (y compris aux grands parents et arrières grands parents) de formuler quelles sont les plus beaux talents et dons venant d'eux qu'ils désirent transmettre à bébé...
- Lorsque les fruits ont été dessinés... Inscrire dans chacun le talent/don transmis...

CRÉER L'ARBRE CŒUR DE NOTRE FAMILLE

4ÈME ÉTAPE

Au pied de l'arbre, sont déposés les « Protecteurs » qui accompagneront Bébé après sa naissance...

- **Les Protecteurs de la Terre**

Il s'agit des alliés de la nature comme...

Les petits animaux... Ecureuil... Oiseau... Lapin... Chaque animal symbolisant une protection qualité... (exemple... Le Lapin qui joue.. qui saute... symbolisant le côté joyeux et ludique... Etc.)

- **Les Protecteurs de l'Univers**

Le Soleil.. La Lune... Les étoiles... Le Ciel... Etc...

Pour terminer cette pratique... Nous pouvons proposer à la maman de dessiner sous la terre au pied de l'arbre un petit coffre... Contenant d'autres transmissions qui seront disponibles lorsque l'enfant sera plus grand... (enfouir sous la terre symbolise l'inconscient collectif familial)

CRÉER L'ARBRE CŒUR DE NOTRE FAMILLE

4ÈME ÉTAPE

Au pied de l'arbre, sont déposés les « Protecteurs » qui accompagneront Bébé après sa naissance...

- **Les Protecteurs de la Terre**

Il s'agit des alliés de la nature comme...

Les petits animaux... Ecureuil... Oiseau... Lapin... Chaque animal symbolisant une protection qualité... (exemple... Le Lapin qui joue.. qui saute... symbolisant le côté joyeux et ludique... Etc.)

- **Les Protecteurs de l'Univers**

Le Soleil.. La Lune... Les étoiles... Le Ciel... Etc...

