

FORMATION SPECIFIQUE

« ACCOMPAGNER LA
PERINATALITE »

PRATIQUE CREATIVE

LES QUALITES DU
PRENOM DE BEBE

3ème TRIMESTRE



LES QUALITES DU PRENOM DE BEBE

Le 3ème trimestre prépare et annonce l'arrivée très proche de bébé dans la vie des futurs parents... Les préparatifs avancent...

Une question se pose encore... Quel prénom à transmettre à son enfant?

Voici une pratique issue de l'Art Thérapie qui aidera à se laisser porter par le prénom le plus adapté à l'enfant à venir... est avant tout la rencontre entre la maman et son bébé, ainsi que le papa et son bébé...

→ Cette pratique est à démarrer en séance... Mais il est important qu'elle se continue à la maison ... avec le papa ...

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 des futurs parents...

LES QUALITES DU PRENOM DE BEBE

↳ Matériel nécessaire

- Une grande feuille pour réaliser le collage ou tout autre support
- Ciseaux, colle...
- Du papier à décorer, Magazines, journaux, etc....

1ÈRE ÉTAPE

↳ Tout d'abord, démarrons par un petit travail de réflexion...

Quels sont les prénoms que nous avons déjà choisis?

→ **Demander aux parents, chacun de leur côté, de lister les prénoms qu'ils aimeraient donner à leur enfant... Sans se censurer...**

→ **Et pour chaque prénom , noter tous les éléments qui explicitent ce choix de prénom...**

LES QUALITES DU PRENOM DE BEBE

↳ Ensuite, nous nous questionnons sur...

Quelles sont les qualités que nous aimerions transmettre à notre enfant ?

- Demander aux parents, chacun de leur côté, de lister les qualités qu'ils aimeraient transmettre à leur enfant... Sans se censurer...
- Et pour chaque qualité , noter tous les éléments qui explicitent ce choix de qualité...

2ÈME ÉTAPE

- Demander aux parents, chacun de leur côté, de...
- Choisir les 3 prénoms les plus importants pour chacun des futurs parents et démarrer en en choisissant un
- Prendre chaque lettre de ce 1er prénom et laisser venir les mots positifs qui leur viennent spontanément à l'esprit, que ce soit des qualités, des éléments de la nature ou objets, l'essentiel est que chaque mot soit positif et plein de lumière...

LES QUALITES DU PRENOM DE BEBE

Prenons comme exemple le prénom Sophie et pour chacune des lettres, voici un mot qualité qui émerge...

S...sourire, soleil...

O...oiseau...opaline...

P...paix...pomme... paradis...

H... Harmonie...

I... Intégrité... Intériorité...

E... Énergie... Équilibre...

→ **Faire cela pour chacun des prénoms choisis**

→ **Reprendre la même pratique avec des prénoms si c'est une fille et si c'est un garçon**

LES QUALITES DU PRENOM DE BEBE

3ÈME ÉTAPE

- Demander aux parents, chacun de leur côté, de...
- Comparer chacun des prénoms et observer quels sont les mots-qualités ayant émergés qui correspondent à la liste des qualités que les parents aimeraient transmettre à leur enfant...
- **Au cas où ces 3 premiers prénoms ne rayonnent pas les qualités désirés, reprendre l'étape 2 avec les autres prénoms qui restent sur la liste...**
- **Il est possible aussi de regarder si les mots qualités qui ont émergé des prénoms seraient des qualités les parents n'avaient pas pensé...**
- **Une autre possibilité est de construire un prénom avec les lettres qui rayonnent les qualités désirées...**

LES QUALITES DU PRENOM DE BEBE

4ÈME ÉTAPE

↳ Inviter à présent les parents à investir les différents matériaux présents qui les attirent :

- Les inviter à dessiner et/ou découper chaque lettre du prénom choisi, en choisissant un matériau et ou une couleur différente pour chaque lettre différente
- Les inviter à agencer et coller sur une grande feuille ou sur un support autre, chaque lettre afin de reconstituer le prénom
- Les inviter à agencer et coller ensuite au niveau de chaque lettre, le ou les images symboles positifs et les coller afin de réaliser comme un tableau de mots positifs rattachés à chacune des lettres du prénom...

Voici sous les yeux des parents... en images le Prénom de leur enfant rayonnant les qualités qu'ils désirent lui transmettre

→ Que ressentent – ils en regardant ce collage?

→ Il ne reste plus qu'aux parents de faire la même chose avec le prénom pour l'autre sexe...

→ Et les inviter chacun à transmettre à l'autre ses réalisations afin qu'ils choisissent ensemble un prénom commun...

LES QUALITES DU PRENOM DE BEBE

5ÈME ÉTAPE FINALE

Dans les étapes suivantes...

Il sera possible de combiner une séance de contact avec maman/papa/bébé pour lui transmettre son prénom...

- Pour cela il est important que les parents connaissent le sexe de bébé et qu' ils soient bien d'accord sur le choix du prénom...
- En cas de doute, nous pouvons les inviter, lorsque les mains des parents sont posées sur le ventre et que le contact a été établi avec bébé lui présenter les différents prénoms et observer comment bébé réagit à chacun...
- Une autre séance peut être prévue pour accompagner la maman en Sophrohypnose... Comme une futurisation... dans son endroit agréable... Ayant son bébé dans les bras et lui transmettre son prénom...
- Inviter les parents à coller dans le cahier journal de grossesse le/ les prénoms choisis avec les qualités s'y rattachant...