

Naitre enchantés®

programme

Les deux jours se composent d'une approche corporelle et mentale, alternant l'étude des « manières de faire » (techniques) et des « manières d'être » (états intérieurs et manifestations extérieures) et sont animés par Magali Dieux, pionnière de la méthode.

Les horaires vous seront signalés une fois les inscriptions closes.

Total des heures : 14 heures



programme

Jour 1

matin : LA CONFIANCE EN SOI

Respiration et conduite du souffle

I. La découverte Naître enchantés

La mise au monde de son enfant, une opportunité de se découvrir de nouvelles possibilités dans la connaissance de soi, dans sa relation à l'autre et au monde. Si vous vous autorisiez une totale expression, de quelle façon auriez-vous envie d'accueillir votre enfant ?

II. Se sentir vivre = se sentir respirer

Prendre conscience et connaissance de nos multiples respirations. Faire de sa respiration un relais efficace à propos de notre état intérieur, de l'état intérieur de l'autre. Quelle respiration pour quelle étape de l'accouchement ?

La foi de l'Amoureuse et du Chevalier servant

La caractéristique de l'Amoureuse est qu'elle est dans un « oui » inconditionnel à tout ce qui est : elle-même, les autres, la vie. Un état d'ouverture, qui se traduit concrètement par une respiration basse, un corps fluide, un large sourire et un son continu.



programme

Jour 1

après-midi : L'AFFIRMATION DE SOI

Equilibrage du son et des voyelles

III. La vibration sonore et l'accouchement physiologique

Qu'est-ce qu'une vibration sonore ? Qu'est-ce que la conduite du son ? Concrètement, quels sont les effets du son sur la physiologie de l'accouchement ? Qu'est-ce qui fait que ça marche ? Que fait-on du reste du corps ? Expérimentations.

IV. La vibration sonore et l'accouchement psychique

La psyché est l'espace dans lequel le représentable peut advenir. Ce qui s'y représente est constitué par les messages venus de l'état du corps en quête d'une satisfaction qui appelle un objet. Comment la vibration vient-elle alimenter la psyché ? Pour quels messages ? Expérimentations.

La détermination de l'Héroïne et du Protecteur et Soutien

Saturer le standard neuronal de pensées et de vibrations lumineuses toutes destinées à colorer l'horizon de la femme debout et l'homme à ses côtés avec l'enfant dans les bras. Un moral d'acier trempé dans du son. Découverte et pratique des outils de l'Expression Vocale Ajustée pour les contractions d'avant la péridurale.



programme

Jour 2

matin : LE DEPASSEMENT DE SOI

Engagement, sourire héroïque et détermination

I. Qui êtes-vous demain ?

Si vous étiez sûr de réussir votre parentalité, quel père, quelle mère, quels parents oseriez-vous être ? Repérage de la construction de l'identité, des désirs et des envies. Appropriation de nouvelles possibilités d'être.

II. L'énergie optimale

Nous partons du principe que c'est l'énergie animant la personne qui donne précisément à cette personne la sensation d'être. Repérer de quoi se compose l'énergie optimale de chaque couple ? Savoir recréer cette énergie optimale en cas de baisse de celle-ci ou de grosses épreuves.

Le courage de l'Aventurière et de l'Aventurier

Oser accompagner la naissance de l'enfant quelles que soient les conditions techniques : naturelle, péridurale, déclenchement, césarienne... S'accoucher de sa puissance et de sa parentalité. Braver la tempête, traverser l'inconnu. Cet inconnu qui, à chaque contraction, à chaque silence, nous rappelle la fragilité de ce temps entre la vie et la mort. Enchanter la nuit noire... que la contraction soit ressentie ou simplement visible sur le monitoring ou encore imaginaire. Enchanter la nuit noire quoi qu'il arrive en guidant l'enfant à naître par un lien sonore et une intention dirigée conjugués.



programme

Jour 2

après-midi : L'ACCOMPLISSEMENT DE SOI

Accueillir le chemin parcouru, faire le lit de l'estime de soi

III. Se libérer du doute

A partir du moment où on attend un enfant, des dizaines de questions viennent à nous et il est souvent complexe de faire le tri dans les multiples réponses proposées. Ai-je bien fait ? Suis-je suffisant(e) ? Quelles décisions prendre ? Comment être sur d'avoir fait le bon choix ?

IV. Se parler vrai intensément

Comment se faire comprendre sans malentendu ? Qu'est-ce que l'écoute ? A quel moment avons-nous l'impression d'être écouté ?

La sérénité de la Nativité

Quand le Graal est atteint, le Kilimandjaro vaincu, les démons apprivoisés, le bouleversement a eu lieu. Arrive alors le calme après la tempête. Pas n'importe quel calme. Le calme issu de la certitude d'avoir été au meilleur de soi, la certitude d'avoir donné ce meilleur de soi jusqu'à plus soif. Arrive alors le calme de la puissance. La sérénité. La femme et l'homme sont devenus mère et père. Celle qui sait et qui saura. Celui qui sait et qui saura.



programme

UNE APPROCHE PRAGMATIQUE ET MOBILISANTE

4 éléments fondent mon approche.

Développer la confiance en soi et l'autonomie de pensée et d'actions

Le week-end permet à chacun d'échanger, de repérer ses points forts et de se créer de nouvelles possibilités. Cette pédagogie basée sur la confiance en soi permet aux parents de se mobiliser et de vivre le séminaire davantage comme une expérience de développement personnel que comme un cours.

Des objectifs limités mais exigeants

On distingue et approfondi alternativement les éléments qui tiennent de « la technique de la voix », et ceux qui relèvent de « la posture de l'accompagnant(e) »,

Le rythme du séminaire et mon expérience personnelle permettent aux participantes de progresser réellement et de le voir. Ce ciblage sur des priorités de progrès garantit *un résultat visible plus rapidement*.

Du concret avant tout !

Les mises en pratiques forment également une part conséquente du programme. Elles permettent d'apprendre à partir de l'expérience et de vivre les théories à l'épreuve du concret. Les participants en retirent des éléments *directement applicables* dès leur retour à la maison.

« La formation n'est pas un évènement, c'est un processus » Tony Sharp



programme

LES CONDITIONS DE LA RÉUSSITE

Mobilisation en amont du stage

Chaque participant reçoit par internet 4 films de 10 mn à regarder, puis dans un deuxième temps, les indications précises du lieu et des horaires du week-end. Magali Dieux vous demandera également de répondre à un questionnaire.

Les réponses ont un caractère indicatif ; elles ont pour effet de **mobiliser positivement** les stagiaires en préparation du week-end.

Entraînement en amont de l'enfantement

Chaque participant continue de recevoir par internet des documents pédagogiques. Un suivi par skype et un CD d'entraînement sont également disponibles.

Naître enchantés®

programme

MAGALI DIEUX

PIONNIERE DE LA METHODE



Ancienne sportive de haut niveau, artiste à toutes heures, coach professionnelle, Magali Dieux, de l'école du cirque Annie Fratellini à la faculté de Paris VIII (Diplômée du DFSSU - Ressources Humaines/Coaching), vit sa vie comme une gourmandise. Elle intervient dans les entreprises qu'elles soient professionnelles, familiales ou personnelles. Chaque instant est, pour elle, une opportunité à transmettre l'envie et le désir d'être au monde au travers d'une pragmatique constructiviste.

Dans le domaine de la périnatalité, Magali Dieux a été nourrie par Martine Texier (yoga & maternité), Anaïs de Tinguy Simon (préparation aquatique), Paloma Chaumette (Haptophonie), Marie-Claire Busnel (scientifique spécialisée sur l'audition fœtale), Marie-Hélène De Valors (Préparation & sophrologie).

Aujourd'hui, Magali Dieux, coach-thérapeute et professeur de chant, dispense Naître enchantés par l'Expression Vocale Ajustée à partir de l'expérience empirique de ses cinq accouchements. Elle transmet aux professionnels de la périnatalité, y compris à l'international.

Universités

- Master 2 Coaching / Conseil en ressources humaines, Faculté Paris 8,
- Master 2 Création & Reprise d'entreprise, Faculté Toulon-La Garde,

Clean Langage, Métaphores et Modélisation symbolique

- Les fondamentaux avec James Lawley & Penny Tompkins
- Supervision avec Noémie Dehouck

D^c Doutrelugne

- Thérapie narrative

Institut Grégory Bateson

- L'approche interactionnelle et stratégique de Palo Alto : une vision globale,

Institut Européen de PNL

- Transformation essentielle,

Institut Clarification & Coaching

- La clarification au service du coaching - Jean-Christophe Vidal,

Faber & Mazlitch

- Ecouter pour que l'enfant parle, parler pour que l'enfant écoute,

Communication Non Violente

- Communiquer autrement pour mieux coopérer - Brusario & Lowagie-Puget,

5 Rythmes-Gabrielle Roth

- Le Voyage du Héros - Deborah Bacon et Robert Dilts,

Conservatoire de Bruxelles – chant, diction

Luc Charpentier Art Studio – arts du spectacle, pédagogie

Studio des Variétés - professeure de chant spécificité « Musiques actuelles »

Ecole du cirque Annie Fratellini – trapéziste, équilibriste, acrobate, funambule

Roy Hart Théâtre – théâtre, chant