



# Libération des Empreintes Emotionnelles de la Vie Prénatale et de la Naissance



# VOTRE FORMATRICE



Peggy OTTINGER

Psychogénéalogiste et réflexo-  
analyste formée aux Empreintes  
Emotionnelles de la Vie Prénatale et  
de la Naissance, certifiée en  
hypnose prénatale et formée en  
hypnose régressive spirituelle

# CONTENU DÉTAILLÉ

## JOUR 1

### Matin 1

- Bilan sur les **liens entre mémoires transgénérationnelles et empreintes émotionnelles de la vie prénatale et de la naissance** : tour de table et exposé des prises de conscience de chacune ; débats et recadrages.
- **Questions/réponses et besoins de rappels**, temps de réflexions en groupe
- rappels sur les **rôles de l'écriture symbolique et des mots parlés**, sur la plasticité du cerveau et les chemins neuronaux de l'hémisphère émotionnel
- le principe des actes symboliques concernant la **reprogrammation des empreintes émotionnelles de la vie prénatale et de la naissance**
- les étapes de la **démarche en séance** pour s'adapter au cas présenté

### Après-midi 1

- les **limites et interdits** du travail en écrits symboliques / **femmes enceintes**
- écrits de **reprogrammation émotionnelle et empreinte de non-désir + variantes** : identification des difficultés à recadrer en séance (corps/émotions), éclairage de l'Histoire familiale, recherche des ressources présentes
- **exemples concrets et exercices** de mise en situation d'écriture (avec un adulte / avec une femme enceinte / cas similaires)
- accueil des résonances avec les empreintes des participantes, recadrage et propositions d'écrits
- écrits de **reprogrammation émotionnelle et empreinte de préférence de sexe** : identification des difficultés à recadrer en séance (corps/émotions), éclairage de l'Histoire familiale, recherche des ressources présentes
- accueil des résonances avec les empreintes des participantes, recadrage et propositions d'écrits

# CONTENU DÉTAILLÉ

## JOUR 2

### Matin 2

- debriefing sur la journée 1 : questions/réponses
- accueil des prises de conscience de la veille
- **exemples** concrets et exercices de mise en situation d'écriture pour une reprogrammation d'empreinte de préférence de sexe (avec un adulte / avec une femme enceinte / cas similaires)
- écrits de **reprogrammation émotionnelle et empreintes de deuil vécu par maman pendant sa grossesse** : identification des difficultés à recadrer en séance (corps/émotions), éclairage de l'Histoire familiale, recherche des ressources présentes
- exemples concrets et exercices de mise en situation d'écriture (être enceinte après une IVG ou ING : décodage biologique des somatisations / faire le deuil de sa mère quand on est enceinte / cas similaires) + variantes de ces empreintes
- accueil des résonances avec les empreintes des participantes, recadrage et propositions d'écrits

### Après-midi 2

- évocation des **écrits concernant les deuils d'empreinte gémellaire**
- écrits de **reprogrammation émotionnelle et empreintes de naissance par césarienne / naissance prématurée / naissance et séparation maman-bébé + variantes** : identification des difficultés à recadrer en séance (corps/émotions), éclairage de l'Histoire familiale, recherche des ressources présentes
- exemples concrets et exercices de mise en situation d'écriture (être enceinte après une IVG ou ING : décodage biologique des somatisations / faire le deuil de sa mère quand on est enceinte / cas similaires)
- accueil des résonances avec les empreintes des participantes, recadrage et propositions d'écrits

# CONTENU DÉTAILLÉ

## JOUR 3

### Matin 3

- debriefing sur la journée 2 : questions/réponses
- principes de **base des hypno-méditations** de reprogrammation émotionnelle des empreintes de gestation et de naissance : l'adulte au secours de son bébé intérieur
- et **cadrage déontologique + le travail possible/interdit pendant les grossesses**
- exemple complexe de réactivation d'empreintes prénatales et de mémoires transgénérationnelles **dans une grossesse** : étude, débats, propositions mises en place
- les **hypno-méditations de reprogrammation émotionnelle des empreintes de la vie prénatale** : préambule, construction des temps de la méditation, la symbolique utilisée en état modifié de conscience dans l'hypno-relaxation, les adaptations et personnalisations nécessaires au cas par cas

### Après-midi 3

- **exemples d'hypno-méditation** pour la préférence de sexe, le non-désir conscient de grossesse, la tentative d'avortement, les situations de deuil vécues par la mère juste avant ou pendant la grossesse, autres cas divers : mises en situation en binômes, construction et adaptation des méditations, les vivre/les guider
- debriefings des mises en pratique : obstacles rencontrés / solutions
- les **hypno-méditations de reprogrammation émotionnelle de l'empreinte de deuil gémellaire (dit jumeau perdu)**: préambule

# CONTENU DÉTAILLÉ

## JOUR 4

### Matin 4

- debriefing sur la journée 2 : questions/réponses
- les **hypno-méditations de reprogrammation émotionnelle de l'empreinte de deuil gémellaire (dit jumeau perdu) - suite** - construction des temps de la méditation, la symbolique utilisée en état modifié de conscience dans la relaxation, les adaptations et personnalisations nécessaires au cas par cas
- mises en situation en binômes, construction et adaptation des méditations, les vivre/les guider
- debriefings des mises en pratique : obstacles rencontrés / solutions
- accueil des résonances avec les empreintes des participantes, recadrage et propositions d'écrits
  
- les **hypno-méditations de reprogrammation émotionnelle des empreintes de la naissance** : préambule

### Après-midi 4

- les **hypno-méditations de reprogrammation émotionnelle des empreintes de la naissance** : préambule, construction des temps de la méditation, la symbolique utilisée en état modifié de conscience dans la relaxation, les adaptations et personnalisations nécessaires au cas par cas
- **exemples** pour la naissance par césarienne, pour une naissance prématurée, une naissance où maman et bébé sont séparés, autres cas divers : mises en situation en binômes, construction et adaptation des méditations, les vivre/les guider
  
- Clotûre de la formation
- questionnaire de satisfaction à chaud