



HypnoNaissance[®]
La Méthode Mongan

Affirmations pour le compagnon de naissance ⁽⁵⁾

- *Je demeure calme, confiant et attentif pendant que je soutiens ma compagne à travers chaque phase du travail.*
- *Je sais que ma présence rassurante durant la naissance de notre bébé est importante pour le bon déroulement de celle-ci.*
- *Je crois en notre plan de naissance et j'ai confiance dans ma capacité à le faire respecter par les intervenants.*
- *J'aide ma compagne à se sentir en sécurité et profondément aimé durant tout le travail.*
- *Je crois fermement que la naissance est un processus naturel et je demeure présent pour ma compagne et mon bébé pendant la grossesse et la naissance.*
- *J'aide ma compagne à demeurer à l'écoute de ses instincts naturels.*
- *Je crois fermement que ma compagne est capable de donner naissance en douceur et en toute sécurité.*
- *Je sais que ma voix et mon amour pour elle sont tout ce dont ma compagne a besoin durant le travail et la naissance.*
- *J'exprime de l'amour et des encouragements aisément et sans effort pendant toutes les phases de la naissance.*
- *Ma douceur et mes encouragements aident ma compagne à demeurer calme et confiante durant sa grossesse.*
- *Je ne crains pas le silence et je laisse ma compagne suivre ses instincts.*
- *Je sais que je répondrai avec empressement aux besoins et aux demandes de ma compagne.*
- *Ma présence est importante pendant la naissance de notre bébé ; je fais confiance à mes instincts et je sais que tout ira bien.*
- *Je prends le temps qu'il faut pour me préparer à être un bon père pour mon enfant.*