

Programa Masterclass

Renacer para trascender

Con esta Masterclass te invito a tomar consciencia de tu experiencia del postparto, comprenderla, aceptarla y tomar decisiones informadas. La intención es que, como mujer, vivas el postparto de manera consciente y puedas enfrentar los desafíos con confianza, seguridad y autonomía, construyendo día tras día un rol de madre a tu imagen.

INTRODUCCIÓN

El postparto marca el inicio de la aventura de la maternidad y paternidad, donde el bebé ya está presente y comienza el aprendizaje. Esta etapa puede ser delicada debido a varios factores, como la reflexión sobre el parto, la responsabilidad de cuidar al bebé, el malestar físico, el cansancio, las hormonas, la pérdida de identidad y de prioridades, la transformación de la relación de pareja, entre otros. En una Masterclass se abordan tres temas principales: el estado emocional de la madre, la aplicación de la sistémica a la llegada del bebé y la identidad al asumir el rol de madre.

Formato: 3 vídeos para tratar en 3 partes:

Vídeo 1: Parte 1- Cuadro emocional

Vídeo 2: Parte 2- Implementación de la sistémica

Vídeo 3: Parte 3- Identidad

- Incluye 1 sesión conmigo - el material en PDF -

OBJETIVOS:

- Reflexionar sobre tu experiencia de parto.
- Que entiendas lo que has vivido a nivel emocional, en el parto y el postparto.
- Adaptarte a tu nueva vida como madre y ser actora consciente de este proceso.
- Que entiendas la necesidad de considerar la sistémica de tu familia.
- Que entiendas cómo se forma la identidad.
- Elegir quién quieres ser, además de ser madre.
- Tomar en cuenta a tu niña interior, para acompañarte en tu maternidad.

Inversión: 127€.

Pago por Bizum o transferencia bancaria: ES62 2085 9315 9803 3031 8463.

*PREPARADO EN COLABORACIÓN CON LA ESCUELA COACHING SOSTENIBLE DE BARCELONA,
Y PRESENTADO POR: CÉLINE BYDLON*

