



## **Accoucher par soi-même: Le guide de la naissance non assistée**

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Accoucher par soi-même: Le guide de la naissance non assistée

*Laura Kaplan Shanley*

Accoucher par soi-même: Le guide de la naissance non assistée Laura Kaplan Shanley

 [Télécharger Accoucher par soi-même: Le guide de la naissance ...pdf](#)

 [Lire en ligne Accoucher par soi-même: Le guide de la naissanc ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne **Accoucher par soi-même: Le guide de la naissance non assistée** Laura Kaplan Shanley

---

Format: Ebook Kindle

Présentation de l'éditeur

Ce petit livre soigneusement documenté nous rappelle que tous les mammifères s'isolent pour enfanter, comme l'ont toujours fait les femmes des peuples premiers ; et que ces conditions sont particulièrement propices à un accouchement facile, pour peu que l'on dépasse ses peurs. Notre société tient pour acquis qu'accoucher est un acte douloureux et dangereux ; cette croyance-même nuit à un accouchement facile, car le corps fait obstacle au processus de la naissance lorsque la future mère en a peur. Alors que les naissances par césarienne sont de plus en plus nombreuses, de plus en plus de femmes ressentent un sentiment d'échec, et même de deuil, après leur accouchement. Or, comme nous le rappelle Laura Kaplan Shanley, les femmes n'ont pas forcément besoin qu'on leur dise comment faire, comment respirer ou pousser, car elles portent en elles la capacité d'accoucher avec la même facilité que les animaux – pour peu qu'elles le sachent et qu'elles s'isolent du monde. Cet ouvrage inspirant constitue bien plus qu'un simple essai sur l'accouchement : il met en lumière des préceptes qui s'appliquent à tous les domaines de l'existence. Il comporte également un annuaire international d'adresses utiles, le MamaScope. Extrait

On a fait beaucoup de chemin - ou peut-être pas tant que ça ?

Plus les peuples sont civilisés, plus les douleurs de l'enfantement semblent intenses.

Grantly Dick-Read, M.D., L'Accouchement sans douleurs

Je me souviens quand, enfant, j'écoutais ma mère raconter ses expériences d'enfantement. Elle souriait pendant qu'elle me parlait du rasage des poils pubiens, de la «légère» douleur des contractions, de la péridurale et de l'épisiotomie. Mais je pouvais sentir la peur dans sa voix. L'accouchement n'avait pas été facile pour elle ; et elle attribuait à la médecine moderne le mérite de tout ce qu'il y avait eu de bon. «Peux-tu croire, m'a-t-elle dit une fois, qu'il y a une centaine d'années, les femmes devaient endurer l'accouchement sans l'aide d'aucun médicament ?» «Que faisaient-elles ?», ai-je demandé, horrifiée. «Elles souffraient.»

Je ne me souviens pas non plus avoir entendu quelqu'un dire dans mon enfance une chose agréable au sujet de la naissance. En revanche, j'ai entendu plusieurs histoires d'horreur de la part d'amies et de membres de ma famille. «J'ai passé toute ma grossesse penchée au-dessus des toilettes. Et pour couronner le tout, j'ai été en travail pendant quatre jours», disait l'une. «C'était la pire expérience que j'ai jamais eue. J'ai hurlé à mon mari qu'il ne me toucherait plus jamais !», disait une autre.

Quoi qu'il en soit, les femmes s'étaient débrouillées pour survivre, comme elles l'ont fait de tout temps. Il s'agissait simplement d'un aspect de la malédiction d'être femme - la mauvaise humeur, les règles douloureuses, les douleurs de l'accouchement et les bouffées de chaleur de la ménopause. Personne ne le remettait en cause, ou en tout cas, c'est ce que je croyais. Les choses étaient ainsi, tout simplement.

Quand j'avais 8 ou 9 ans, je me souviens avoir regardé à la télévision un film qui m'a durablement marquée à propos des vicissitudes de la grossesse. Dans ce film, une femme s'évanouit pendant qu'elle fait son ménage. Après avoir été examinée par le gentil vieux médecin de famille, on l'informe qu'elle est enceinte. Prenant son mari à part, le médecin lui chuchote : «Mieux vaut y aller doucement avec la petite dame maintenant qu'elle est dans une situation délicate» (ou autres termes du même acabit).

C'est donc ce qui arrive quand on est enceinte, ai-je pensé. On devient faible et on tombe dans les pommes. On vomit pendant plusieurs mois et ensuite, on endure pendant des heures, peut-être même des jours, une douleur atroce. Et tout ça pour quoi ? Pour un stupide gosse ! Non merci. Je ne me rappelle même pas avoir envisagé la maternité. Rien que l'épisiotomie me donnait des cauchemars. A cette époque, il ne m'est même pas venu à l'esprit que ces attitudes vis-à-vis de la naissance, et de la féminité en général, avaient peut-être un

rapport avec l'issue finale des accouchements.

Peu de choses ont changé ces trente dernières années quant à la version officielle de l'accouchement. Les films et la télévision - nos médias les plus influents - poursuivent leur rôle et perpétuent les croyances selon lesquelles la grossesse est une maladie caractérisée par les vomissements, les douleurs lombaires, les envies de fraises et les chevilles enflées, et l'accouchement est une épreuve douloureuse et dangereuse qui requiert la direction et l'assistance d'un professionnel compétent.

(...) Présentation de l'éditeur

Ce petit livre soigneusement documenté nous rappelle que tous les mammifères s'isolent pour enfanter, comme l'ont toujours fait les femmes des peuples premiers ; et que ces conditions sont particulièrement propices à un accouchement facile, pour peu que l'on dépasse ses peurs. Notre société tient pour acquis qu'accoucher est un acte douloureux et dangereux ; cette croyance-même nuit à un accouchement facile, car le corps fait obstacle au processus de la naissance lorsque la future mère en a peur. Alors que les naissances par césarienne sont de plus en plus nombreuses, de plus en plus de femmes ressentent un sentiment d'échec, et même de deuil, après leur accouchement. Or, comme nous le rappelle Laura Kaplan Shanley, les femmes n'ont pas forcément besoin qu'on leur dise comment faire, comment respirer ou pousser, car elles portent en elles la capacité d'accoucher avec la même facilité que les animaux – pour peu qu'elles le sachent et qu'elles s'isolent du monde. Cet ouvrage inspirant constitue bien plus qu'un simple essai sur l'accouchement : il met en lumière des préceptes qui s'appliquent à tous les domaines de l'existence. Il comporte également un annuaire international d'adresses utiles, le MamaScope.

Download and Read Online Accoucher par soi-même: Le guide de la naissance non assistée Laura Kaplan Shanley #2USRC7T1KAE

Lire Accoucher par soi-même: Le guide de la naissance non assistée par Laura Kaplan Shanley pour ebook en ligne  
Accoucher par soi-même: Le guide de la naissance non assistée par Laura Kaplan Shanley  
Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres  
Accoucher par soi-même: Le guide de la naissance non assistée par Laura Kaplan Shanley à lire en ligne.  
Online Accoucher par soi-même: Le guide de la naissance non assistée par Laura Kaplan Shanley ebook  
Téléchargement PDF  
Accoucher par soi-même: Le guide de la naissance non assistée par Laura Kaplan Shanley Doc  
Accoucher par soi-même: Le guide de la naissance non assistée par Laura Kaplan Shanley Mobipocket  
Accoucher par soi-même: Le guide de la naissance non assistée par Laura Kaplan Shanley EPub

**2USRC7T1KAE2USRC7T1KAE2USRC7T1KAE**