

GROUPE DE PAROLE

Groupe 1 - « *Bien vivre sa grossesse pathologique : un espace pour partager, souffler et se sentir moins seule* »

animé par Tiana, Psychologue clinicienne



POUR QUI ?

Vous êtes une maman ou future maman enceinte et vous avez une pathologie de grossesse : diabète gestationnel, hyperémèse gravidique, infections (toxoplasmose, cytomegalovirus), placenta praevia, utérus contractile, prééclampsie, maladie auto-immune, cardiopathie, pathologies rénales ou pulmonaires.

17 S'INSCRIRE EN 3 ÉTAPES ?

Remplissez le formulaire d'inscription sur le site de [Psychigai](#). Un retour vous sera adressé par mail sous 48 heures pour vous proposer un premier entretien individuel. À la suite de cet entretien, vous recevez une confirmation d'intégration au groupe ainsi que le calendrier des séances.

1

PRISE DE CONTACT

[Formulaire de
demande d'inscription.](#)

2

ENTRETIEN INDIVIDUEL GRATUIT

Évaluation des attentes
et objectifs (15mn).

3

PARCOURS THÉRAPEUTIQUE

8 séances en groupe +
outils entre les séances.



Quand ?

 Le mardi soir
de 18h30 à 19h30

 Du 22/09/2026
au 24/11/2026,
hors vacances
scolaires zone B



Quel format ?

En ligne, via un
lien Google Meet



Combien de participants ?

Au minimum 4 et
au maximum 6
participants

QUESTIONS FRÉQUENTES

L'entretien individuel est-il obligatoire ?

Oui. L'entretien individuel est le cœur de la personnalisation et de l'accompagnement que je propose au groupe. Lors de cet entretien en visio ou par téléphone nous faisons le point sur :

- Vos besoins, attentes et objectifs personnels
- Votre vécu actuel (grossesse, post-partum, parentalité...)
- Le cadre du groupe, ses objectifs et son déroulement
- Les thématiques qui vous semblent importantes à aborder.

Grâce à cet entretien, je peux adapter les exercices thérapeutiques au groupe et entrer dans le vif du sujet dès la première séance en groupe.

Pourquoi un parcours de 8 séances ?

C'est une durée suffisante pour créer un lien de confiance solide entre les participantes. Les thèmes se construisent et s'approfondissent au fil des séances, ce qui laisse le temps d'élaborer ensemble.

De plus, avoir un début, un milieu et une fin clairs (un cadre symbolique important en thérapie) permet de concrétiser les objectifs dès le départ. Le parcours de 8 séances correspond à un cycle thérapeutique complet qui ne s'étale pas trop sur la grossesse :

- Séances 1-2 : Création du lien, mise en sécurité, présentation des thèmes
- Séances 3-6 : Travail profond, exercices thérapeutiques, élaboration collective
- Séances 7-8 : Intégration, clôture symbolique, préparation à l'après-groupe



Est-ce que c'est fiable même si c'est en ligne ?

Oui. Sa nature en ligne ne remet pas en cause la qualité de l'accompagnement. J'anime ce groupe dans un cadre thérapeutique et professionnel. J'ai choisi de le proposer en ligne parce que je prends en grande considération les contraintes de temps, d'énergie des femmes enceintes, qui plus est, vivent une pathologie de grossesse. Cette démarche est nourrie par mon expérience personnelle : j'ai moi-même vécu les défis d'une grossesse pathologique et connais l'impact émotionnel que cela peut avoir. Et je tiens vraiment à offrir un espace de soutien, d'écoute et de partage aux futures mamans.

Le co-parent peut-il assister ?

La visée thérapeutique de ce groupe nécessite que seules les (futures) mamans soient présentes pour garantir un échange libre et authentique entre mères. C'est un espace dédié à votre expression personnelle et à vos émotions, sans la présence active de votre partenaire qui pourrait involontairement vous inhiber. En revanche, rien ne vous empêche de lui faire un retour et de discuter avec lui à la fin de la séance.



ME CONTACTER :

 tiana.r@psychigai.com

 +33 (0)7 67 96 59 07

 www.psychigai.com

POURQUOI PARTICIPER À CE GROUPE DE PAROLE ?

La grossesse est de base une période de profondes transformations : physiques, émotionnelles et identitaires. Et lorsqu'elle est compliquée par une pathologie de grossesse, avec ou sans hospitalisation, des états anxieux voire dépressifs peuvent s'installer, parfois durablement. Ce parcours thérapeutique de groupe offre un espace d'écoute, d'échange et de soutien bienveillant pour toutes celles qui souhaitent vivre cette grossesse accompagnées, sans jugement, et en connexion avec d'autres femmes vivant des expériences similaires.