

Partager cet article

X



Je suis enceinte et je me pose plein de questions.

Ça y est, c'est confirmé, je suis enceinte ! Je suis aux anges, mais déjà, de nombreuses questions se bousculent dans mon esprit. Vais-je être à la hauteur ? Serais-je une bonne mère ? Comment devient-on parents ? Et dire que je croyais être sûre de moi...

<https://www.nestlebaby.ch/fr/je-suis-enceinte-et-je-me-pose-plein-de-que...> [1]

_ [2] _ [3] _ [4]



Je suis enceinte et je me pose plein de questions.

Ça y est, c'est confirmé, je suis enceinte ! Je suis aux anges, mais déjà, de nombreuses questions se bousculent dans mon esprit. Vais-je être à la hauteur ? Serais-je une bonne mère ? Comment devient-on parents ? Et dire que je croyais être sûre de moi...

Lundi, 14 décembre 2015

- ^[5]
- [Imprimer](#) ^[1]
- [Partager](#)

Rassurez-vous, c'est tout à fait normal. L'annonce de l'arrivée d'un enfant représente un grand bouleversement existentiel dans la vie d'une femme et d'un couple. Heureusement, la nature est bien faite, vous avez un peu moins de neuf mois pour vous préparer à devenir parents.

Je suis plus anxieuse et plus émotive

Anxiété, nervosité, petits moments de déprime, d'excitation, sautes d'humeur, insomnies... : vous découvrez certains sentiments et certaines sensations qui vous étaient jusque-là étrangères. Vous avez même parfois du mal à vous reconnaître : vous n'arrivez plus à vous concentrer et vous ne pouvez vous empêcher de pleurer devant les comédies romantiques ou à la moindre contrariété !

Tout cela est lié à l'intense bouleversement hormonal qui se déroule en vous. Les œstrogènes, la progestérone et l'hormone de grossesse, l'HCG, ont un effet sur le psychisme des futures mamans, et chaque femme y réagit différemment ! Ce n'est plus complètement vous qui décidez... mais bien vos hormones !

Je suis enceinte : je deviens mère à mon tour !

Si vos hormones vous mettent à fleur de peau, elles ne sont pas non plus les seules responsables de votre émotivité ! La grossesse – et surtout la première - est une étape clé qui vous fait passer du statut de "fille de" au statut de " fille de et mère de". Elle ramène donc au premier plan l'importance de ce lien « mère-fille » qui va se perpétuer. A ce stade, de nombreuses questions peuvent ressurgir, notamment si les relations entre votre mère et vous ont été compliquées, si votre enfance a été chaotique, etc.

Bien qu'une grossesse ait été ardemment désirée, des doutes peuvent surgir naturellement. La responsabilité qu'implique la venue d'un bébé peut paraître d'un coup énorme. C'est votre futur rôle de mère que vous appréhendez : vais-je être une bonne mère ? Vais-je être comme ma mère ? Aurais-je autant de patience qu'elle ? Est-ce que mon bébé va m'aimer ? N'hésitez pas à en parler avec vos copines déjà mamans, ou avec votre mère, elles sont là pour ça ! Il est parfois souhaitable d'en parler à un thérapeute si vos angoisses perdurent.

[En savoir plus](#) ^[6]

URL source: <https://www.nestlebaby.ch/fr/je-suis-enceinte-et-je-me-pose-plein-de-questions>

Liens

[1] <https://www.nestlebaby.ch/fr/je-suis-enceinte-et-je-me-pose-plein-de-questions>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaby.ch/fr/je-suis-enceinte-et-je-me-pose-plein-de-questions&media=https://www.nestlebaby.ch/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/femme-seule-4.jpg&description=Je suis enceinte et je me pose plein de questions.](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaby.ch/fr/je-suis-enceinte-et-je-me-pose-plein-de-questions&media=https://www.nestlebaby.ch/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/femme-seule-4.jpg&description=Je%20suis%20enceinte%20et%20je%20me%20pose%20plein%20de%20questions.)

[3]

<https://twitter.com/share?text=Je%20suis%20enceinte%20et%20je%20me%20pose%20plein%20de%20questions.&url=https://www.nestlebaby.ch/fr/je-suis-enceinte-et-je-me-pose-plein-de-questions>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebaby.ch/fr/je-suis-enceinte-et-je-me-pose-plein-de-questions>

[5] <https://www.nestlebaby.ch/fr/printpdf/4641>

[6] <https://www.nestlebaby.ch/fr/javascript%3A%3B>