

**Zeitschrift:** Obstetrica : das Hebammenfachmagazin = la revue spécialisée des sages-femmes

**Herausgeber:** Schweizerischer Hebammenverband

**Band:** 119 (2021)

**Heft:** 4

**Vorwort:** Éditorial

**Autor:** Udressy, Floriane

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 06.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Chère lectrice, cher lecteur

**L**e mot ressource m'évoque une histoire... Celle d'Ana, qui parle de sa troisième grossesse comme tolérée, pénible car elle souffre de douleurs, dort peu, vit l'absence d'un mari qui travaille trop. Elle dit se sentir distante de cet enfant. Ana désire faire de l'hypnose.

– Vous pouvez laisser votre corps et votre bébé choisir une bonne place. Le fauteuil? Les coussins au sol?

Rien ne convient, elle s'assied droite, rigide, le dos éloigné du mur. C'est bien confortable?

Non mais ça va. Elle est en tailleur, sans coussin. Non, pas en français, en anglais.

Je la vois sans support, tendue et comme sans bébé dans son ventre. Nous allons parler dans une langue qui n'est ni la sienne ni la mienne. Je tente de m'appuyer sur cet inconfort commun pour la rejoindre là où elle est.

– Où souhaitez-vous aller, un lieu de ressource, de forces vives?

Rien...

Perplexe, mais focalisée sur Ana, me vient alors l'image d'un arbre!

– Là où vous êtes, peut-être y a-t-il un arbre?

OUI.

Une porte s'ouvre. S'en suit un long chemin en hypnose... Chez elle, vers un arbre d'un nom que j'ignore. La chaleur, l'humidité... Une ombre douce, et surtout un jardin reconnu maintenant, celui de sa grand-mère. S'y asseoir, s'y coucher même... Profondément à l'abri... Le vent tiède, lourd et léger, l'écho de la ville... Des silences et les sons de grand-mère qui va et vient... Récolte des fruits mûrs savoureux.

Le bébé bouge.

– Voulez-vous présenter l'arbre au bébé? A moins que ce ne soit grand-mère qui...

Son tonus change, elle s'adosse, se détend.

L'hypnose s'approfondit et le voyage se poursuivra: des émotions, un long dialogue subtil avec sa grand-mère, son bébé, dans sa langue maternelle retrouvée.

En nous adossant ensemble à l'arbre, Ana a accédé elle-même à ses ressources, ce qui soutiendra la suite de la grossesse et l'accueil de son enfant. Je vous souhaite de belles découvertes, surtout les inattendues!

Cordialement,



**Floriane Udressy**

**«Ana a accédé elle-même à ses ressources, ce qui soutiendra la suite de la grossesse et l'accueil de son enfant.»**



**Floriane Udressy**,  
sage-femme indépendante, praticienne et  
formatrice en hypnose.