

Maman Blues

Cinquième rencontre



Sonia Fournier

Samedi 25 novembre 2006

« Une crise n'est pas la rupture d'un ordre, ni même d'un désordre, mais le retour en force de ce qui fait le fond de l'être »
Jean-Didier Vincent – Biologie des passions.



Cinquième Rencontre Maman Blues Samedi 25 novembre 2006.

Bonjour,

Nous nous rencontrerons donc Samedi 25 novembre au **Brussel's café** -71, bd Exelmans- 75016 Paris. Tél. : 01 46 51 24 33, Métro: Exelmans (ligne 9). À partir de 13 heures 30.

Je serai sur place dés 12 heures pour déjeuner avec quelques membres du bureau.

Les participants souhaitant s'associer à ce repas (rapide) sont les bienvenus.

Vous trouverez ci-joint l'ordre du jour* de notre association et le déroulement de cette rencontre (13h30 →18h00/18h30), ainsi que la liste des participants.

**Nous vous demandons d'imprimer le tout si vous en avez la possibilité, afin de pouvoir en discuter entre nous ce jour là.*

☞ Comme d'habitude, nous vous rappelons que ces rencontres sont avant tout un temps d'échange et de partage entre parents et professionnels autour de la difficulté maternelle. Elles ne constituent en aucune façon, un groupe thérapeutique à l'instar de certains groupes de paroles. Chacun y participe donc en fonction de ce qui l'amène à s'intéresser à ce problème de santé et éventuellement à notre association* : histoire personnelle, engagement personnel ou professionnel, intérêt pour la relation mère-enfant, la parentalité, maternité et paternité...

En vous souhaitant à toutes et tous une très belle rencontre ce jour là ...

Très Chaleureusement,

Nadège Beauvois Temple

Présidente de l'Association Maman Blues

47 rue Balard 75015 Paris

Pour me joindre : **(06 81 33 79 61)**

l'Adhésion à notre association est **facultative*

*Si vous souhaitez devenir membre, son montant est de **20 euros** et comptera pour l'année 2007.*

Marie Céline, Herveline et Hélène enregistreront votre adhésion.



ORDRE DU JOUR ET DEROULEMENT DE LA RENCONTRE

Repas de 12h00 à 13h30, pour celles ou ceux qui souhaitent faire connaissance avant.

Première possibilité :

13h30- 14h30 : accueil, présentation de l'association, projets et nouvelles ...

14h30 - 15h30 : projection d'un reportage d'Arte de Valérie Denesle intitulé "Mal de mère", sur l'unité parents enfants de l'Institut Théophile Roussel à Montesson, dans les Yvelines. Si pas de soucis technique... Commentaires.

15h45 – 16h : pause

16h - 18h00 : Présentation facultative de chacune puis discussions sur des thèmes choisis par les participants.

Exemples de discussions possibles :

Les pères dans la tourmente de la difficulté maternelle, leur propre difficulté, il y a t'il un effondrement simultané chez eux ?

Aborder la relation avec nos propres parents,

Aborder la relation de couple,

Les mamans solo,

Professionnels médicaux ou non médicaux : quelques fois perdus eux aussi devant une difficulté maternelle persistante, ou qui s'ignore obstinément, ou bien qui déborde le cadre des ses compétences....

Professionnels : vos souhaits...

18h00 : fin

Deuxième possibilité, en cas de difficulté technique :

13h30-15h30 : accueil- présentation de l'association - projet - nouvelles ...

15h30 - 15h45 : pause

15h45 - 18h00 : présentation facultative de chacune, puis discussion sur un ou plusieurs thèmes choisis lors de l'accueil

18 h : fin



Les news de Maman Blues...

Bientôt un an d'existence pour notre association : Que s'est-il passé depuis notre dernière rencontre du mois de mai ?

- Démission d'Anne Sophie Chevillard et de Marion Riffard, respectivement secrétaire et vice présidente de l'association.
- Créations de plaquettes d'infos à destination des parents et des professionnels : dernière version en ligne sur notre site.

IMPORTANT : Il est rappelé que l'affichage de ces plaquettes, que ce soit dans un lieu public ou privé, nécessite au préalable l'autorisation écrite ou orale du propriétaire ou du responsable des lieux.

- Participation de l'Association Maman Blues aux **Journées des Doulas** : Voir site. <http://www.doulas.info/>, avec projet de réunion commune avec les associations en rapport avec l'allaitement,
- Groupe de paroles du 24 juin : Mise en place d'un premier groupe de parole autour de la difficulté maternelle, sur Paris, sous la conduite d'une psychothérapeute.
- Participation le 15 septembre à l'émission de Caroline Dublanche, sur **Europe 1**
- Participation les 22, 23 et 24 septembre aux **Etats Généraux de la naissance** à Châteauroux organisés par le CIANE, Collectif inter associatif autour de la naissance. Texte joint dans le fichier, mais on peut également écouter notre intervention en allant sur le site.
- Contact avec le site de **Magic maman**, qui nous offre une partie des bénéfices que va leur rapporter la vente de leur deuxième ouvrage
- Participation le 29 octobre de Maman Blues au **Congrès de la LLL** à Dourdan,
- Participation le 20 novembre d'un des membres du forum de maman blues, Mélanie, aux **Maternelles (sur la 5)**,
- Certificat de Maternologie Clinique 2006/2007** et Congrès de Maternologie [annulé].
- Inscription de M.B. au **Congrès de la société Marcé** qui se tiendra à Bruxelles en mars 2007,
- Déclaration de Philippe Bas** aux Maternelles en mai, suite au rapport du sénateur Thérèse Hermange Larie (liens Internet).



Et toujours les projets de Maman Blues

Un livre :

À partir de janvier 2007.

Tel le dernier ouvrage de René Frydman, « Naissances » ; l'idée serait d'écrire un livre à plusieurs mains, une dizaine de mamans raconterait leur histoire, leur témoignage...

Une revue

A l'instar de celle qui existe à la LLL ou chez Césarine ; l'idée soumise est de mettre en place une revue (trimestrielle ?) qui comporterait des infos, des dates, des témoignages, etc.... et que l'on enverrait ensuite aux membres de l'association par mail.

Un CD d'information

Durée prévue approximative du CD : 15 minutes.

Axe proposé pour concevoir ce CD: Partir de l'image traditionnelle de la maternité (grossesse et naissance) souhaitée et investie comme telle par chaque mère et père (source de bonheur, d'épanouissement, d'amour ...) pour graduellement se poser la question de la réalité du vécu de ces deux moments - est-il toujours conforme aux souhaits, aux rêves que nous en avons, est-ce que tout se passe ou se vit toujours très bien, il y a-t-il des moments plus difficiles que l'on n'ose pas évoquer ?- pour enfin amener et aborder l'existence de la difficulté maternelle. Le but de ce DVD est de poser ou de se poser des questions, d'amener chaque parent à envisager le fait de devenir parent sous tous les angles, ombre et lumière. La diffusion de ce CD pourrait se faire en PMI avec des groupes de parents, ou au sein d'autres associations, par exemple.

Des relais maman blues :

En 2008, MB prévoit de mettre en place sur un plan local, des relais d'informations, de soutien et de conseils, en accord avec le principe de bénévolat de l'association. Ces relais seraient chapeautés par un(e) ou plusieurs référent(e)s, disposeraient de coordonnées médicales ou associatives locales et les mettraient à la disposition des parents ou futurs parents. Ils les informeraient de ce qui existe en cas de difficulté maternelle. Il conviendra de définir le rôle et les « qualités » de ces relais prochainement

L'Organisation de rencontres entre différentes associations, en vue d'une journée d'information, de sensibilisation et pourquoi pas de formation autour de la difficulté maternelle. À voir notamment avec les professionnels de la Maternologie.

Enfin, d'autres initiatives pros ou parentales :

Florence

Relais Materno

Association ALTERNAISSANCE

Centre S.I.D, Soi Intérieur Développement à Rueil 92

Dolce Vita



Participant.es.

(En orange, membres du site ou de l'association)

Nadège Beauvois-Temple :

Betty_Blue - sur les forums de discussions, 40ans, 3 enfants (2 garçons, 1 fille). Difficulté maternelle à la naissance de son 3eme enfant Éva qui a nécessité une hospitalisation de deux mois en unité de Maternologie à Saint-Cyr (78) de janvier à mars 2000. Je témoigne depuis 2001 sur différents forums de discussions de ce problème de santé et je tente de mobiliser les femmes à ce propos, notamment au moyen de quelques passages télés entre 2000 et 2003. J'ai créé avec une amie, Iki, depuis novembre 2003 un site de soutien, d'informations et de conseils : <http://www.maman-blues.org/index.php>. J'ai suivi la formation Maternologique 2005 en vue de l'obtention du C.M.C..

Desombre Cécile / iki :

Maman de Thomas le soleil (2000), Théo le coeur (2002) et Émilie la fleur (2004) et épouse d'Arnaud le Piaf...L'arrivée de Thomas a été un bouleversement dans la douleur. Après 6 mois de "noir" total, j'ai réussi à sortir de ce tunnel et au premier anniversaire de Thomas, nous nous étions trouvés. J'ai aidé Betty_Blue à créer "Maman-Blues". Malheureusement, entre les trois enfants, le quotidien et les créations de sites (dont je veux faire ma profession en indépendant), j'ai bien trop peu de temps à consacrer à Maman-Blues.

Caroline BADDOUR :

Maman de deux enfants : une fille de 7ans et un garçon de 4 ans. Dépression post partum après la naissance de mon premier enfant (née prématurée à 7mois et demi).J'ai fait appel à un psychothérapeute pour m'aider à traverser cette épreuve. L'arrivée de mon deuxième enfant a été beaucoup plus paisible. Après la naissance de mon fils, j'ai souhaité me tourner vers d'autres mères pour aider celles qui en ressentiraient le besoin. Et c'est ainsi que j'ai intégré en 2005, l'organisme de formation ALNA pour devenir accompagnante à la naissance. J'accompagne aujourd'hui des parents pour la naissance de leur enfant, et pour l'après naissance, quand la mère a besoin de présence, d'écoute, de soutien. Je suis présente aux 5e rencontres de maman blues pour écouter, entendre, comprendre la difficulté à devenir mère. Et aussi pour parler, pour témoigner de cette difficulté.

Hempel Hélène :

Nénon, 27 ans, en couple, un petit garçon Pierre né en octobre 2003. Études de philosophie, j'ai travaillé comme journaliste dans un journal départemental et j'ai été formatrice dans un centre de formation. Je prépare aujourd'hui le concours de rédactrice territoriale. J'ai eu, et j'ai toujours, du mal à me sentir maman. Je me suis isolée de plus en plus surtout après mon emménagement en région parisienne, il y a 1 an et demi.

J'ai décidé de me prendre en main depuis quelques mois. Depuis mes rapports avec mon fils sont plus des rapports mère-enfant et je crois que je suis sur la bonne voie.

Florence GOYON-POGEMBERG :

Flo du pont, 43 ans (presque!!), maman d'un petit Thomas depuis Juillet 2004. A la suite de cette naissance, elle a connu un très grave épisode dépressif, avec hospitalisation. Depuis sa "guérison", elle cherche à aider, soutenir et encourager d'autres mamans vivant cette douloureuse expérience, et s'est donc rapprochée du Forum Maman-blues depuis juillet 2006, dont elle est devenue modératrice. Elle souhaite également s'investir dans son département en créant une association d'entraide pour informer sur la difficulté maternelle.

Marie Céline LEFEVRE

34 ans,

Maman de Juliette 5 ans. Hospitalisée à st Cyr l'école de mars à juin 2000 pour gros soucis relationnels avec Juliette.

Laurence LE GALL:

Laurence est suivie par une Maternologue. Elle a deux enfants et a connu une difficulté maternelle à la naissance de son aînée.

Anne Laure de GRIMOUARD

J'ai 38 ans, 1 fille sur la terre (20 mois) et 1 fille au ciel (mort périnatale suite à une amniocentèse). J'ai traversé une difficulté maternelle lors de la perte de mon 1er bébé décédé à 5 mois de grossesse. Ce fut un grand désespoir dans ma vie. Puis j'ai senti l'importance à ce moment là de faire un chemin accompagné pour ce deuil très particulier avec l'association AGAPA en cheminement individuel et un travail en couple avec l'association FX Bagnoud. J'ai pu déposer mon histoire, mes souffrances dans un plein accueil, telle une présence véritable.

Je peux dire après toute cette longue période de quête de sens que je suis née un peu autrement à moi même. Aujourd'hui j'aime la vie intensément. Je la trouve magnifique. Cela n'a pas toujours été le cas. Je m'intéresse vivement au monde de la naissance, que ce soit du côté de la vie ou de la mort.

J'ai un certificat d'accompagnante à la naissance mais je n'ai pas encore exercé. Je me forme à différentes approches. Je pense à accompagner également les femmes dans ce qui ne peut ou n'ose se dire, et c'est une partie qui me parle beaucoup. Aujourd'hui être la maman de Clara est un immense bonheur et un apprentissage constant à un "plus" de conscience. J'ai très envie de retransmettre les cadeaux que j'ai reçus sur mon chemin.

Voilà un bref aperçu.

Isabelle CORDIER:

J'ai 35 ans et suis maman de Maël 3 ans 1/2 (allaité 2 ans 1/2). J'ai fait une dépression du post-partum détectée par mon généraliste quand mon fils a eu 6 mois. J'ai eu connaissance de la discussion "la difficulté maternelle" en mars 2003 sur le forum de Magic Maman (sous les pseudos ISAC Zabou ou Maël), ce qui a été ma bouée de sauvetage. J'interviens peu sur maman blues. Aux 18 mois de mon fils, j'ai pris du Deroxat pendant 6 mois tout en continuant l'allaitement. J'ai arrêté trop tôt et j'ai subi une grosse rechute en 2004, avec maltraitance sur mon fils. A notre demande, le placement de notre fils un an de septembre 2004 à fin août 2005 en pouponnière fut décidé par le JAF. Depuis, nous avons récupéré Maël à la maison.

Juliette URBAIN / Liane :

J'ai 40 ans, suis mariée depuis 5 ans, et ai un petit Mattéo de 4 ans.

J'ai connu une difficulté maternelle à la naissance de mon fils ; nous avons donc été hospitalisés ensemble à la Maternologie de St-Cyr L'Ecole, de mi-décembre 2002 à mi-mars 2003. J'ai rencontré Betty sur doctissimo et j'ai remis le doigt dans la question maternologique. Depuis j'interviens autant que possible sur les forums pour renseigner d'autres mères en difficulté.

Je suis la formation materno pour obtention du Certificat de Maternologie Clinique. Mon objectif est de pouvoir accompagner les femmes enceintes et en post partum de façon professionnelle.

Mélanie PERRETLANC :

J'ai 29 ans et je suis la maman d'une petite Lou âgée de 10 mois. J'ai mis 2 ans à tomber enceinte et ma grossesse n'a pas été de tout repos. En effet, un accident de voiture est venu perturber ce grand moment, sans conséquences physiques mais avec des séquelles psychologiques. Lors de mon accouchement, j'ai cru mourir tellement la douleur était intense, on m'a laissé dans une souffrance extrême pendant 9 heures et lorsque l'on m'a posé ce bébé sur mon ventre, l'indifférence la plus totale. J'ai attendu 2 mois et demi avant de demander de l'aide, pour finir 15 jours en clinique psychiatrique et 2 mois et demi à la maternologie de St Cyr l'Ecole avec Lou. Je suis sortie de cet enfer et je suis pleinement épanouie dans mon rôle de maman. Aujourd'hui, je voudrais pouvoir aider d'autres femmes qui se trouvent dans la même souffrance et faire en sorte que les choses changent.

Catherine Reynaud :

Corinne VENISSE

Je suis intervenue seulement 1 fois sur forum ; j'aurais tant aimé connaître ce site il y a 5 ans! J'ai 42 ans et deux jumeaux garçon et fille de 5 ans 1/2. Je travaille plus depuis quelques mois suite à licenciement éco. J'ai eu beaucoup d'angoisses durant la grossesse, puis j'ai eu du mal à m'occuper de mes enfants avec amour à la naissance. Cette difficulté persiste aujourd'hui, même si je me sens plus attachée à eux au fil du temps (Je les sens parfois comme une lourde charge tout en me sentant plus aimante qu'au départ).

Estelle DUFILS / Bzl92

sur les forums

Maman de 2 petites filles (02 et 05) enceinte du troisième bébé prévu pour fin janvier, accouchement à domicile prévu. J'ai connu un premier accouchement hyper médicalisé traumatique qui s'est ensuivi d'une dépression de 15 mois, accompagnée de symptômes comportementaux mutuels et d'une difficulté relationnelle importante avec ma première fille. Je pense que j'aurais pu être aidée par la Maternologie si j'avais su que cela existait ! Je prépare depuis 2 ans une reconversion professionnelle en tant que thérapeute maternel : psychothérapeute spécialisé dans la maternalité, soit l'accompagnement des femmes dans le cadre du devenir-mère (et de ses corollaires : stérilités, fausses couches à répétition, dépressions, accouchements hyper médicalisés traumatiques, etc). Débute la formation en Maternologie le 6 novembre, pour l'obtention du CMC 2007

Sandra VERSELE GREMAUD :

J'ai 33 ans et 3 enfants : un garçon de 9 ans, une fille de 6 ans et une fille de 20 mois. Entre mes deux filles j'ai fait une GEU qui a nécessité une hospitalisation

d'urgence et l'ablation d'une trompe. Un incident hautement traumatisant et un non respect de ma personne et de mon corps par le personnel médical. A la suite de quoi j'ai du faire six mois de psy pour m'en remettre avec l'idée que je ne pourrais plus concevoir etc, avec l'image de mon corps complètement déglingué...Des séances d'hypnose m'ont bcp aidée. A la suite de cela, je me suis beaucoup intéressée à la naissance et à la conception, ainsi qu'au respect de ces moments clefs dans la vie d'une femme.

J'ai fait une formation à l'accompagnement à la naissance en février 2005 et je me suis lancée dans l'accompagnement d'autres femmes Finalement, en septembre 2006 j'ai monté l'association ALTERNAISSANCE pour pouvoir avoir un champ d'action plus large et pour avoir une vraie action militante à côté des accompagnements. Nous tentons aussi de rentrer en contact avec des femmes de milieux sociaux différents parce que le besoin est là, notamment en matière de dépression du post partum, un besoin qui est rarement exprimé et donc inconnu des services publics. J'ai pu dernièrement prendre la parole à ce sujet au niveau de la ville et j'ai vu bcp d'étonnement...

Chloe GUERBER :

Chloé Guerber- Cahuzac, professeur de cinéma et réalisatrice de court-métrage. En écriture d'un projet de long métrage autour de la difficulté maternelle

Veronique CORNIAU :

J'ai 40 ans et suis Aide Médico-Psychologique travaillant dans un foyer d'accueil médicalisé spécialisé dans les troubles psychique. Parmi les personnes accueillies, des mères psychotiques. Je suis très intéressée par vos travaux, car ils pourront certainement m'aider dans mon travail quotidien de prise en charge."

Valérie LOIRET :

Professeur de Chaire d'enseignement supérieur en classes préparatoires.

Présidente d'association : actions parentales et de formation auprès des professionnels de la petite enfance sur la détection du surdouement chez l'enfant, accompagné de difficultés scolaires et/ou dyslexies/dyspraxies.

Ancienne formatrice pour le Conseil Général des Hauts de Seine

CMC Maternologie session 2003

Travail de recherche dans un cabinet de psychothérapie (et futur [redacted] [redacted] à Rueil 92) sur la difficulté maternelle.

Mère d'une petite fille de 8 ans et demi.

(Mention effacée à la demande de l'association concernée)

Valérie DUPIN :

46 ans mère deux enfants, Camille 17 ans et Jessie 14. Éducatrice à la naissance et **Doula** au Royaume Uni depuis 14 ans avec le National Childbirth Trust. Formatrice et animatrice de groupe de soutien pour femmes en grandes difficultés sociales et psychique en Écosse (maltraitance, dépression postnatale). Formatrice auprès des Health Visitors (équivalent des assistantes sociales du Royaume-Uni) sur la dépression du post partum.

Formée par Jenny Holden a l'utilisation de l'échelle de dépression post-natale d'Édimbourg. Et aussi plus récemment auprès de Sheila Kitzinger sur le syndrome du choc post-traumatique.

Depuis que je suis rentrée en France en 2000/2001 j'accompagne des couples dans la naissance et je travaille au développement de l'accompagnement non

medical de la naissance en France. Co-présidente de l'association Doulas de France et co-fondatrice de l'association Maternite-Solidarite.

Alexia LEGUENET :

Deux petits garçons de 15 mois et 3 ans , travaille à l'Aide Sociale à l'Enfance dans le 94

Brida BBULJORE :

Maman d'Aman, 8 mois, 46 ans, vivant maritalement avec Eric, le papa...ai arrêté mon activité professionnelle pour être maman à temps plein...Vu mon début en solo dans cette merveilleuse odyssée de post-partum...souhaiterais créer un réseau de "jeunes mamans"...càd: celles qui viennent d'accoucher...à se retrouver pour échanger, partager leurs expériences à coeurs ouverts, dans une ambiance chaleureuse...de partage pour s'enrichir davantage "maternellement"...cela entend faire circuler les vêtements de bébé qui sont devenus trop petits à d'autres qui naissent ou qui vont naître bientôt...(Cela dit...on a un petit réseau déjà et ça fait non seulement plaisir de s'entraider mais aussi participer dans une grande action contre le gaspillage et s'avère être une grande aide pour celles qui ne peuvent pas dépasser leur budget pour les vêtements de leurs BB.), parler avec franchise de nos vécues durant l'accouchement, nos attentes, nos joies et peines afin de nous soulager psychologiquement, car personnellement, je trouve qu'ici, en France, les jeunes mamans ne sont pas entourées ni chouchoutées comme on le fait chez nous dans notre culture...mais au contraire de se comporter en tant que des guerrières amazoniennes assistées par la péridurale, l'épisio et le non allaitement...

Myriam ANDRIEUM :

J'ai 35 ans et suis maman de Juliette 7 ans et demi et de Luca 4 ans. Je me suis toujours intéressée aux relations mère-bébé, mais plus particulièrement depuis la naissance de ma fille Juliette et suite à ma participation à des groupes de paroles post natals à l'hôpital Notre Dame de Bon Secours dans le 14ème arrondissement.

Création et Responsable de Dolce Vita pour Tous, association qui propose des groupes de parole pré et post natals. Email dolcevitapourtous@yahoo.fr, le site web trilingue (français/anglais/italien) est en cours de réalisation www.dolcevitapourtous.com. Trilingue, car mes enfants sont à l'école italienne. Je rencontre des femmes expatriées en pleine détresse et la barrière de la langue est difficilement surmontable dans ces moments-là. Ma formation de base est une maîtrise en anglais/italien et j'ai vécu 1 an et demi en Grande Bretagne et 3 ans en Italie.

Certificat de Maternologie Clinique session 2005 en cours
Licence de Psychologie à Paris 8 en cours (première année).

Krystel HENRI

Gersende ATTALI :

J'ai 23 ans, sans enfant, et suis étudiante en Master 1 Psychologie mention Clinique et psychopathologique. Dans le cadre de mes études je fais un mémoire

sur la dépression post-partum et vos nombreux témoignages peuvent m'apporter un support important.

Nathalie CHEVALIER

J'ai 30 ans et ai une petite fille de deux ans et demi. J'ai vécu un épisode de remise en question totale juste après la naissance de sa fille, diagnostiqué psychose puerpérale par le corps médical. Enfermée en hôpital psychiatrique pendant 3 semaines, j'ai rechuté en juin dernier après des mois de médicaments et de psychothérapie.

Guérison totale obtenue grâce à l'hypnose éricksonienne, en quatre séances

Catherine W [REDACTED]

Thérapeute psycho-organique

Spécialiste des problèmes de la famille et de l'adolescence/inadaptation scolaire.

Présidente-Fondatrice de l'association/centre thérapeutique [REDACTED]

[REDACTED] (Rueil Malmaison)

(Mention effacée à la demande de l'association concernée)