



ESTOUCHE

Maux de mère

Durant la grossesse, à la naissance ou quelques mois après, certaines mamans ne parviennent pas à tisser une relation satisfaisante avec leur enfant. Témoignages sur ces "accidents" de maternité et ces "nouvelles naissances" toujours possibles.



PHOTOS: © UNITÉ PARENTS-BÉBÉ DU CENTRE HOSPITALIER MONTFAVET (34 - VAUCLUSE)

L'image est celle du vide qui s'installe entre une maman et son bébé, les sépare insidieusement et laisse s'engouffrer souffrances, incompréhensions, sentiments de culpabilité ou de tristesse. Parfois même, troubles de l'attachement, maladies psychologiques ou psychiatriques. Sur ces difficultés maternelles, passagères ou profondes, des médecins, des pédopsychiatres, des psychanalystes et des mamans confrontées à ces difficultés, apportent leur avis, leurs expériences. Pour établir ou rétablir « l'accordage affectif » cher à Daniel Stern, pédopsychiatre et psychanalyste américain, indispensable au développement affectif, intellectuel et social de l'enfant.

« Devenir mère est un cheminement émotionnel, affectif et psychique qui va au-delà de l'enfant à accueillir et à aimer, avoue Nadège Beauvois-Temple, coprésidente de l'association Maman Blues⁽¹⁾, en proie une fois, elle aussi, à des difficultés maternelles. La maman se retrouve face à un bébé qui attend tout d'elle. Elle peut se sentir démunie, ne plus avoir le même appétit de vivre. Cet enfant bouscule sa vie, la met à nu. Il peut "l'effondrer" psychiquement, jusqu'à la dépression. Sans forcément rejeter son enfant, la mère revit sa propre naissance qui peut s'être passée de façon frustrante ou éprouvante. Elle doit être accompagnée pour restaurer sa confiance en elle et découvrir son bébé. » En concevant le site Internet de Maman

Blues www.maman-blues.org, la jeune maman voulait témoigner et aider les autres mères. « Ouvrir une fenêtre, précise-t-elle, où, sous couvert d'anonymat, celles qui le souhaitent peuvent se confier sans craindre un jugement, parler entre elles, trouver un conseil, un sens à cet accident de parcours. Se réapproprier leur histoire et ne plus se sentir seules... »

Instaurer un lien

L'Unité parents-bébé du Centre hospitalier Montfavet en Avignon propose des consultations médico-psychologiques, des soins psychocorporels mères-bébés, des soins à domicile et des hospitalisations de jour ou à domicile, du début de la grossesse aux 18 mois du bébé. « Le bébé a besoin d'un "bain humain", souligne le docteur Marina Douzon-Bernal, responsable de l'Unité. Médecins, pédopsychiatres, puéricultrices, infirmières, psychologues, nous prenons soin de la maman et du bébé, en observant très minutieusement ce qui se passe et se vit entre eux. Tout ce que nous "dit" un bébé par ses états émotionnels et les réponses que lui apportent sa mère et/ou son père. Nous adaptons notre accompagnement en posant certaines limites (la sécurité notamment), en faisant en sorte que l'enfant aille suffisamment bien pour aider sa mère à devenir mère. »

Ici, le personnel crée une "bulle maternante" : pas de blouse blanche mais des petites pièces à vivre, des couleurs, des jeux par dizaines...

Deux mamans et leur enfant à l'Unité parents-bébé du Centre hospitalier Montfavet : les premiers gestes d'une relation qui se noue.



À lire

- Si les bébés pouvaient parler..., de Myriam Szejer, éd. Bayard
- Tremblement de mères, à partir des témoignages recueillis par l'association Maman Blues, éd. L'Instant Présent. Les fonds récoltés seront versés à l'association.
- Les émotions (autour du bébé, sous la direction de Michel Dugnat, éd. Érès

« Nous faisons tout pour protéger, câliner, rappelle Christine Rhame, infirmière. Un massage permet de réparer l'image de soi. Un bain, de placer le bébé sous le regard de sa mère. En apprenant une berceuse, une maman se détend, s'ouvre, offre une douceur. »

L'essentiel pour le personnel de l'Unité est de s'appuyer sur les compétences de la mère et éventuellement du père. « Nous les invitons à donner le meilleur d'eux-mêmes, insiste le docteur Michel Dugnat, pédopsychiatre. En leur rappelant l'énergie exceptionnelle de la vie, leurs capacités à se mettre en empathie avec leur enfant... »

À l'Unité d'accueil parents-enfants (UAPE) – une unité d'hospitalisation à temps plein – du Centre hospitalier Théophile Roussel à Montesson dans les Yvelines, le docteur Véronique Dagens, accueille pour quatre mois en moyenne, des femmes qui souffrent de maladies maniaco-dépressives ou de pathologies psychiatriques. Le temps pour elle et son équipe d'offrir à ces mamans "une nouvelle naissance", leur propre façon d'être mère. « Nous tissons ou retissons le lien avec le bébé chez des mamans qui, pour certaines, ont eu des relations complexes avec leur propre mère. D'autres craignent que la naissance de leur enfant n'entache leurs relations avec leur conjoint, et ne ravive les difficultés qu'elles ont connues avec leur propre père. Les soignants remettent de l'ordre dans toutes ces idées pour que se noue une relation de bonne qualité. » En entretien individuel, un psychologue propose d'établir un génogramme – l'étude des relations et des liens familiaux. Le but : que la mère puisse se soustraire au poids lié aux histoires de famille, et vive sa propre vie de mère. « Toute relation mère-bébé solide, sécurisante et gratifiante demande beaucoup de patience mais elle peut vraiment changer une vie ! », conclut Véronique Dagens. ●

Brigitte Baudriller

brigitte.baudriller@fondation-auteuil.org

(1) Cette association parentale a pour but de soutenir et d'informer les personnes concernées par la difficulté maternelle.

Avec l'aide de professionnels, la maman qui peine à tisser un lien avec son enfant, apprend à exprimer au jour le jour ses sentiments.

Interview de Myriam Szejer,

pédopsychiatre et psychanalyste
à la maternité Antoine Béclère de Clamart,
et auteur de *Si les bébés pouvaient parler...*

À l'écoute : Vous constatez que les femmes enceintes ont peur de "polluer" leur bébé avec leur angoisse, leur dépression. Pourquoi ?

Myriam Szejer : Aujourd'hui, sous la "pression" de certains professionnels de la santé, de certains médias ou de leur entourage, elles pensent devoir faire un enfant parfait, "zéro défaut". Pendant les examens, le doute s'insinue en elles : « Si mon bébé n'était pas bien ? Si je ne faisais pas bien, en conséquence, si je n'étais pas bien ? » L'enfant peut devenir une espèce de bébé fantasmatique tout-puissant qui terrorise sa mère : elle doit faire attention à ce qu'elle fait, à ce qu'elle mange ! Presque à ce qu'elle dit !

Comment accueillir au mieux un "petit d'homme", selon votre expression ?

Il n'existe pas de conditions optimales ! Chacun fait comme il peut en respectant ce petit d'homme dans sa spécificité, ses désirs, ses besoins : les câlins, les regards, une parole, une musique... La naissance - un moment de découverte et d'adaptation souvent trop précipité - devrait se vivre dans la spontanéité et la douceur. Le temps nécessaire à l'enfant pour reconnaître ce qu'il a mémorisé dans le ventre de sa mère - les battements de son cœur, sa voix, celle de son père - tout ce qui va lui donner confiance en lui et mettre en place les bases d'une relation "à l'air".

Propos recueillis par B. B.

