



La lettre de Petite Émilie

N° 50 – juillet 2018

Édito

Certains lecteurs nous ont fait part de leur souhait de voir abordé dans une de nos publications, une réflexion sur le thème de l'enfant suivant.

Comment accueillir, entourer un enfant né après un deuil périnatal ? Comment habiter son rôle de parent après le traumatisme de la perte d'un enfant ?

A bien y réfléchir, l'histoire individuelle de chaque parent n'est qu'une des composantes de ce qui fonde la relation avec un nouvel enfant. L'histoire personnelle des parents est caractérisée par ce deuil, mais pas seulement. Bien d'autres événements ont marqué leur manière d'appréhender leur rôle de parent. Evidemment, le caractère de chaque personne en présence (le bébé, l'adulte), prend toute sa place mais aussi leur environnement dans la construction de cette nouvelle relation. Ce qui marque également de manière importante les prémices de ce lien enfant et parent, c'est le vécu de cette nouvelle grossesse, qui peut suivre directement le départ d'un tout petit. Souvent chargée d'ambivalences, elle se déroule aussi de manière concomitante à certaines étapes du deuil, et ne viendra pas nécessairement clore ce dernier. Dans bien des situations, ce nouvel espoir de maternité pourra être vécue comme une étape délicate du parcours de deuil. Pour d'autres, dont on parle souvent moins, au-delà du deuil de l'enfant décédé, c'est aussi le deuil du projet d'enfantement qui doit faire l'objet d'un cheminement.

C'est le thème du désir et du vécu de la grossesse suivante qui est présenté dans cette lettre, des témoignages de parcours singuliers et une analyse des enjeux.

Je vous souhaite un bel été à tous, que la période estivale soit propice à la sérénité

Clarisse BEAUVOIS

Sommaire

La grossesse suivante
p. 2

Actualités
p. 12

Les anniversaires
p. 14

Gardons le contact
p. 16

La grossesse suivante

« La grossesse est le moment d'un état psychique particulier, un état de susceptibilité ou de transparence psychique où des fragments de l'inconscient viennent à la conscience. [...] » une « crise mûrissante, contient sa propre capacité évolutive et contribue au processus de formation d'une identité nouvelle ».

Monique Bydlowski

C'est ainsi que dans « La dette de la vie » Monique Bydlowski décrit l'état psychique des futures mères, nous pouvons bien imaginer combien une grossesse qui suit un deuil périnatal peut amener à un questionnement encore plus profond sur notre personne et notre capacité à incarner une forme d'identité parentale.

Notre rôle au sein de notre propre famille et dans la société, notre propre représentation de la mort sont questionnés avec la perte d'un tout petit. Dès le désir de grossesse suivante tous ces doutes et sensations refont vite surface. L'impensable nous le connaissons, l'insouciance n'est plus là ... la route est encore longue.

Le « bon » déroulement d'une grossesse est profondément lié à notre histoire, à nos rapports familiaux à notre évolution personnelle. Chaque nœud, chaque questionnement laissé inachevé, souvent, réémerge même pendant une grossesse, dite « normale ».

Cela est encore plus vrai quand l'histoire, récente ou pas, est marquée par un deuil périnatal ou tout événement qui nous amène à attendre cette grossesse avec un besoin viscéral, une impatience et en même temps une grande peur âpre et angoissante.

Ce besoin viscéral, beaucoup (de parents concernés, comme l'entourage) ont peur qu'il apparaisse pour substituer un enfant vivant à un enfant décédé. Comme s'il allait le remplacer. Mais n'est-il pas plus inconscient, moins rationnel : le désir de vie est très souvent immense lorsqu'un deuil est en cours. Que celui-ci soit périnatal ou non.

En effet, en plus d'un drame, la mort périnatale est un traumatisme. C'est un coup de tonnerre dans un ciel bleu. Pour beaucoup, cette éventualité n'existait même pas avant qu'elle se concrétise. Beaucoup ne connaissaient pas les aléas possibles d'une grossesse, le processus d'IMG, les possibles fausses-couches tardives ou mort fœtales in-utero... Et comme tout traumatisme, la vie ne peut plus être la même après son apparition.

Le traumatisme, c'est la prise de conscience de la mortalité de tous les êtres vivants, y compris nous-mêmes, y compris nos enfants. Il entraîne un état de conscience modifié, qu'il faudra réussir à apprivoiser.

Lorsque le traumatisme est encore trop vif, non digéré, il entraîne des symptômes importants :

- Angoisse : que le drame se répète, qu'un autre survienne
- Reviviscence : l'impression de revivre l'évènement traumatisant
- Evitement : éviter de penser à cette nouvelle grossesse et ce nouveau bébé
- Dissociation : l'impression de se regarder vivre de l'extérieur, de ne plus ressentir aucune émotion

La grossesse suivante

Dans cette situation de traumatisme, il est alors très dur de vivre une nouvelle grossesse. Il est alors important de s'entourer de professionnels sensibilisés à ces problématiques, bienveillants et empathiques. Pareillement pour ses proches.

Il est également important de se rappeler qu'aucune étude scientifique n'a mis en lien le stress, et/ou le détachement maternel lors de la grossesse, avec un quelconque effet négatif sur l'enfant à venir. Ceci est important à rappeler au vu de la culpabilité que peuvent ressentir les mères lorsqu'elles n'arrivent pas à se projeter et à « profiter » de leur grossesse, et qu'elles sont victimes d'angoisses profondes.

Et une fois que ce bébé est là ? Encore des questions... Quel est le regard de la société, de l'entourage sur notre façon d'être parents ? Doit-on nécessairement faire comme si tout se passait pour le mieux, tel qu'attendu par les autres ?

Bien que très attendu, ce nouveau-né peut ne pas combler ses parents, eux même pris dans un tourbillon de sentiments contradictoires, chamboulés par les besoins et le rythme de ce tout-petit.

Serai-je une mère « suffisamment bonne »¹ ? Serai-je enfin un père ... un « homme » ? Quel est le regard de l'autre ? Quel regard envers moi-même ? Quelle place pour ce nouvel enfant ? Quelle place pour son frère/sa sœur disparu(e) ?

Certains parents après un deuil se définissent comme surprotecteurs et ils souffrent des observations de l'entourage envers ce besoin de couvrir leurs enfants.

D'autres s'inquiètent de la difficulté de s'attacher à cet enfant suivant, de la complexité à prendre la juste distance de l'enfant imaginaire et à accepter ce bébé qui n'est pas parfait, à accepter ce bébé qui n'est pas celui qu'ils ont dû quitter.

Peut-on retrouver la même situation chez des papa et maman avec un parcours plus classique ? S'agit-il de questionnements liés simplement au fait de devenir parents ?

Le regard de l'autre fait peur, et quand notre histoire est compliquée la sensation est que l'observation sera encore plus aigüe et attentive, parce que nous sommes nous-même plus inquiets et sensibles et la peur de l'échec est toujours là, bien présente.

Accueillir une grossesse, un enfant, c'est tout un travail. Une maturation psychique, qui n'est pas toujours linéaire.

Est-il plus long et fatiguant suite à un deuil périnatal, à une PMA ou à plusieurs fausses couches ?

La grossesse suivante, si elle se termine positivement, peut-elle aider à guérir des blessures ? Probablement oui, mais combien de chemin à parcourir et de travail à accomplir pour bien accueillir cet enfant ?

¹ « La mère suffisamment bonne » D. W. Winnicott

La grossesse suivante

Les blessures peuvent-elles se réparer sans l'enfant suivant ? Oui mais à quel prix et en combien de temps ? Quel investissement pour trouver d'autres objectifs malgré la société, l'entourage et ses propres désirs ?

Autant d'histoires, autant de vécus, quels points en commun ?

Voici 4 témoignages pour nous aider dans la réflexion.

Faire de son mieux et ne rien regretter

La question de la grossesse d'après s'est vite imposée à nous. Alors même que nous n'avions pas spécialement programmé d'avoir un enfant (notre premier bébé était « un bébé surprise »), en avoir un autre, en bonne santé, était devenu vital, surtout pour moi.

Une véritable obsession, dès les premières semaines qui ont suivi l'IMG. Quand je parle d'obsession je n'exagère pas. Dès mon retour de couche, qui est arrivé très vite, j'ai enchaîné les tests d'ovulation. Je suis tombée enceinte 3 mois après, puis j'ai fait une fausse couche. Et 5 semaines après cette dernière alors que je tentais de ne pas sombrer dans le désespoir face à cette nouvelle épreuve, j'ai de nouveau eu un test de grossesse positif.

Ce test de grossesse fut vraiment un tournant à 180 degrés. Je passais, en un instant, d'un état d'esprit bien sombre, persuadée de ne jamais avoir le droit à une maternité heureuse, à un espoir fulgurant qui m'a complètement emportée. Je m'aperçois que mon sentiment à ce moment-là était particulier. J'ai tout de suite « bien senti » cette grossesse, j'ai tout de suite su que cette grossesse-là serait différente, je ne sais comment l'expliquer et ce, alors même que je venais de vivre 2 événements bien compliqués coup sur coup.

Cette confiance, étrange vu le contexte, s'est assez rapidement illustrée, à 8 SA précisément, dans le cabinet de mon gynécologue pour l'échographie de datation. Mon compagnon était là. J'étais la seule à sourire ce jour-là avant

l'échographie. Mon compagnon était angoissé pour moi, il avait peur d'un nouveau coup dur et que cette fois je sombre pour de bon. Mon gynécologue n'était pas serein lui non plus, et craignait de devoir, encore m'annoncer une mauvaise nouvelle. Et finalement, le petit embryon était parfait comme je le pressentais.

C'est après que ça s'est gâté. Je n'ai pas su ni pu garder cette sérénité bien longtemps. L'échographie du premier trimestre, celle où tout avait basculé pour notre premier enfant m'a valu quelques nuits d'insomnies. Idem pour les suivantes d'ailleurs. A chaque fois, que j'avais « rendez-vous » avec mon « mini en formation », je ne dormais pas les 2 nuits précédentes, j'étais soulagée après la consultation pour 24 heures puis le stress reprenait sa progression petit à petit. J'étais comme persuadée que tout allait s'effondrer à l'étape d'après. Nous avons passé sans encombre l'échographie de datation, l'échographie du premier trimestre, je m'étais mis en tête que, cette fois, tout allait s'écrouler à l'échographie du deuxième trimestre. Elles ne sont pas toujours jolies les histoires qu'on s'invente dans sa tête...

Mon compagnon lui, faisait mine de ne pas s'inquiéter puis m'avouait à demi-mot après les examens, qu'il était quand même bien soulagé. Malgré tout, nous avons la chance d'être régulièrement rassurés avec une échographie chaque mois et cela nous a facilité la vie. Nous avons (enfin surtout moi) décidé de suivre une préparation à l'accouchement par

La grossesse suivante

l'haptonomie. Cela nous a aidé aussi beaucoup à créer du lien avec le bébé et surtout à vivre à 2 cette nouvelle grossesse et non plus chacun de notre côté. L'haptonomie, pour nous a été très utile pendant la grossesse, mais pas du tout pendant l'accouchement, je dirais même au contraire.

Concernant mon entourage, famille et amis, je les ai très vite mis dans la confiance, principalement pour les plus proches. Je ne voulais pas me retrouver isolée si par malheur, quelque chose arrivait encore. De la même façon que pour la situation de deuil que nous avons vécu quelques mois auparavant, je les ai trouvés pleins de bonne volonté mais extrêmement maladroits. Par exemple, je ne compte pas le nombre de fois où l'on m'a dit « mais rassures-toi, tout ira bien, il n'y a pas de raison ! ». Heureusement pour moi, j'ai cessé de chercher la bonne raison qu'avait la vie de m'avoir imposé le choix de l'IMG concernant mon premier fils, mais il est clair que ce genre de phrase ne m'a pas aidée du tout à être plus sereine pendant cette grossesse.

Le soutien est venu beaucoup des « mamanges » enceintes ou non, en projet bébé ou non. Les seules personnes qui pouvaient comprendre ce que je pouvais ressentir au fond de moi, cette peur qui tient au corps en permanence. Les seules à ne pas me faire culpabiliser de tout ce stress que j'envoyais au bébé (qui au passage ne semble pas en avoir souffert vu la joie de vivre qu'est la sienne). Néanmoins, dans la deuxième partie de ma grossesse, j'ai eu besoin de retrouver un peu de légèreté. De me confronter de nouveau à la candeur des jeunes mamans en devenir, celle-là même que j'ai perdu moi en mettant au monde un bébé sans vie. Je me suis inscrite sur un (petit) groupe Facebook de mamans qui devaient accoucher au mois d'avril 2017, comme moi. Cela m'a aussi beaucoup aidée à

vraiment profiter des moments heureux de cette grossesse, de vivre pleinement les bonnes nouvelles, les moments de préparation de l'arrivée du bébé.

Je dirais qu'au final, j'ai rejoint l'état d'esprit d'une future maman « classique » sans plus d'angoisse ni moins, après la troisième échographie. Après cette échographie-là, j'ai été libérée d'un énorme poids, un énorme fardeau. En sortant de cet examen, j'ai dit à mon conjoint « C'est bon, on nous demandera plus de choisir ». Quoiqu'il puisse se passer ensuite, je n'avais plus à choisir d'arrêter la vie de mon enfant. Egoïstement peut-être, je me suis sentie bien plus sereine pour la fin de ma grossesse.

Une fois en congé maternité, je me suis consacrée à l'arrivée de notre mini nous, un deuxième garçon. J'ai préparé énormément de choses : fabriqué moi-même son mobile, tricoté une couverture, cousu des draps, décoré sa chambre, etc... Je garde un excellent souvenir de cette fin de grossesse que j'ai menée jusqu'au bout, libre de tous mes mouvements. Ma grossesse, médicalement parlant, a été parfaite, c'est différent pour mon accouchement qui a été véritablement catastrophique mais qui heureusement n'a pas mis en danger mon fils.

Aujourd'hui, Eliott a 14 mois, c'est un bébé très joyeux. Je ne regrette rien de cette grossesse (sauf peut-être mon impatience à la toute fin), elle est ce qu'elle devait être et finalement, elle ne pouvait être autrement. Le stress, les peurs étaient inévitables, j'ai fait ce que j'ai pu, de mon mieux avec les épreuves que la vie m'a imposées.

Christelle

La grossesse suivante

Victorieuse (si) je le suis

Très tôt après la naissance de mes enfants, je me souviens avoir ressenti cette envie. Elle devient vite omniprésente voire obsessionnelle. Elle m'apparaît même comme la seule chance de reconstruction possible. Une évidence. Un désir viscéral. Avoir un nouvel enfant. Le feu vert médical arrive quelques mois après. Prête à tout pour avoir cet enfant, je ne me fixe aucune limite : seul mon désir parle. Le protocole de PMA se remet en place et avec lui son lot d'émotions. Des émotions que je n'avais jamais ressenties avant et encore moins pendant ma première grossesse, mais dont la violence me ravageait : la trahison de penser à un enfant alors même que leur frère et sœur venaient à peine de décéder, la déception à l'idée que je n'attende pas de jumeaux, la peur de ne pas aimer cet enfant autant que ses aînés, l'angoisse d'une nouvelle grossesse difficile médicalement.... J'exprimerai ce mal être à la psychologue que je consultais. Je n'entendrai pas ses paroles, ce chemin de réflexion sur lequel elle essayait de m'amener. Je persévérerai : l'échec d'une tentative appelle déjà la suivante. Une course en avant, heureusement stoppée par un médecin, qui osera me dire NON. Ces mots raisonnent encore dans ma tête. Je n'aurais jamais été capable de prendre cette décision seule. C'était pourtant la bonne décision me concernant.

Les aléas de la vie feront que je serai confrontée à des limites, que je refuserai de dépasser. Ce fut un coup d'arrêt ferme à ce projet de grossesse. J'ai dû, alors, travailler sur moi-même, à envisager mon avenir autrement, sans enfant, entre autres.

Face à un nouveau deuil, toujours accompagnée par la même psychologue, je commence à comprendre ce que signifie « vivre un deuil », « traverser un deuil » que ce soit celui d'un enfant, d'un parent, d'un corps en

pleine santé... ce qui fait que dans tous les cas, il s'agit d'un deuil, un processus identique.

Cela m'amènera à poser un regard différent sur mon désir de grossesse suivante, qui sera resté au stade de de quelques essais infructueux ou de simple désir. Le fait de refuser d'aller au bout de ce désir n'en fait pas un désir moins fort. Mais mon désir était-il celui d'un enfant suivant ? Ma raison avait bien compris que mes enfants étaient décédés, situation totalement irréversible. Il s'agissait bien d'un autre enfant qui ne remplacerait en rien ses frère et sœur. Mon corps lui n'avait pas encore effacé les signes de cette première grossesse interrompue trop tôt, retomber enceinte très vite était une façon de ne pas les effacer du tout voire même une opportunité de poursuivre dans un état similaire sans ce retour en arrière forcé. Et mon cœur dans tout ça ? N'était-ce pas lui le seul à répondre ? Mon cœur de mère déchiré par cette séparation brutale était prêt à tout pour effacer cette douleur. Ce désir d'enfant n'était en fait que le désir de voir mes enfants vivre à nouveau et de poursuivre dans une vie telle que je l'avais imaginée et non telle que je la vivais.

J'ai mis longtemps à pouvoir mettre ces mots sur mon histoire. Sûrement avais-je besoin de temps pour avoir suffisamment de recul mais aussi avais-je besoin d'assez de force pour regarder cette vérité, qui était la mienne, en face.

Je comprends petit à petit, avec le recul, que j'avais omis des étapes dans la traversée de ce deuil, omis non pas par négligence mais par réaction face à cette douleur incommensurable. La première était celle qui consistait à établir une relation nouvelle avec mes enfants décédés ; passer d'une relation qui nous unissait en tant qu'êtres vivants tous les trois à une relation où j'étais la seule à être

La grossesse suivante

vivante. Le premier anniversaire de la naissance de mes enfants a été le signe de mon franchissement de cette étape. J'avais réussi à vivre toutes les premières fois sans mes enfants, les suivantes ne seraient que répétitions. Une délivrance.

La seconde étape était la prise de conscience que j'avais construit « un modèle de vie ». La perte, quelle qu'elle soit, vient bousculer ce modèle. Il me fallait prendre le temps de détricoter cette représentation inconsciente pour en remodeler une nouvelle.

Retour aux joies de la maternité ?

Pour moi, comme pour beaucoup de femmes, après une grossesse s'étant conclue par un deuil périnatal, être à nouveau enceinte a été un but, fixé très tôt après la perte de notre petit garçon. Malgré les avertissements des équipes médicales, malgré les incitations à la patience des proches, l'envie de porter à nouveau la vie a résonné en moi très vite comme une voie de réconciliation avec soi-même.

Dans mes paroles comme dans ma tête, il ne s'agissait absolument pas de remplacer l'enfant perdu mais simplement de revenir à la vie, de lancer un autre projet, de conjurer le sort qui nous frappait en espérant, nous aussi, avoir la chance de tenir dans nos bras un enfant vivant et en bonne santé. Cela paraissait si simple, être enceinte pour avancer, pour revenir à un état de joie.

J'ai mis 10 mois à tomber à nouveau enceinte. Cela m'a paru une éternité, et si par ailleurs, je menais sur moi un vrai travail d'acceptation des événements liés à l'IMG, j'avais l'impression inconsciente qu'être enceinte mettrait en grande partie fin à ce chemin douloureux et long du deuil, et réglerait pas mal de difficultés morales due à la perte de mon premier enfant

Finalement, 10 ans après la naissance de mes enfants, je sais aujourd'hui que mes deux premiers enfants resteront mes seuls enfants, que l'espoir ne se trouve pas uniquement dans l'enfant suivant et que Victorieuse si je le suis, je ne le suis que de la bataille que j'ai menée contre moi-même.

Valérie

Lorsque j'ai finalement appris que j'étais enceinte, tout était réuni pour un beau moment de joie autour de ce test de grossesse positif. C'était le 24 décembre, le matin du réveillon, un joli cadeau de Noël. Mais finalement, je me suis surprise à être balayée par une grande vague d'indifférence, teintée de tristesse. Le souvenir de mon premier test positif, à peine plus d'un an auparavant, m'est revenu en tête comme un boomerang. J'avais ressenti alors une telle joie, si pure, si inconditionnelle... J'allais avoir un bébé, il était déjà là, à s'accrocher à moi ! Et là, face à nouveau à cette situation, je ne pouvais m'empêcher d'être infiniment peinée de ne rien ressentir que de la peine.

Durant les mois qui ont suivi, j'ai été à la fois très malade physiquement (nausée, fatigue, pathologies hivernales à répétition) et très affectée moralement. Je ne ressentais aucune joie à être enceinte, et même cela me replongeait complètement dans ma peine. La comparaison avec l'hiver précédent, qui était plein de l'impatience et de la joie d'attendre un bébé, plein de ce sentiment d'être forte de cet enfant en moi, invulnérable, était violente et culpabilisante. C'était si douloureux de se remémorer cette joie, cette innocence, et de

La grossesse suivante

constater qu'elle était perdue à jamais. Et lorsque je n'étais pas replongée dans les souvenirs du passé, j'oubliais totalement que j'étais enceinte. J'étais presque agacée par les contraintes de cette grossesse, avec l'idée inconsciente que tout cela était inutile. Je crois que c'était l'issue incertaine qui générait cet agacement, plus facile à vivre que la peur. Car les malformations de mon fils étaient restées inexpliquées, et le risque de récurrence n'était pas écarté. Mais lorsque j'y pensais, je me disais également qu'une fausse couche était possible, tout comme n'importe quelle autre difficulté pouvant survenir durant une grossesse. Alors la plupart du temps, j'oubliais que j'étais enceinte, comme si c'était plus simple de vivre ainsi. Je prenais les nausées, la fatigue et les vomissements comme des signes de maladie plutôt que comme l'expression de mon état.

J'ai été, durant des mois, d'étape en étape, me répétant que le temps ferait son œuvre sans que je n'aie de soucis à me faire. Et ces échéances que je me fixais à moi-même, ces étapes, sont toutes passées, sans m'apporter le soulagement escompté.

Je me suis répété qu'il était urgent d'attendre des nouvelles médicales, la première échographie. Cette échéance est arrivée et nous a apporté de bonnes nouvelles : votre bébé va bien, son cerveau est normal, on se revoit dans un mois. Et je n'ai ressenti aucune joie, seulement l'attente de l'écho suivante. Qui est également venue, sans émotion.

Puis je me suis dit que cela irait mieux lorsque j'allais pouvoir annoncer ma grossesse à tous. Mais suite aux annonces, auprès de la famille, des amis et collègues, je n'ai ressenti aucun soulagement. J'ai même touché du doigt le fossé creusé entre nous. Ceux qui savaient, pour ma première grossesse, n'osaient pas trop me demander comment je me sentais, à quelques exceptions près, quant aux autres, les plus nombreux, je devais écouter en silence leurs

avis et remarques sur « ma première grossesse », puisqu'ils ne savaient rien du passé.

Je me suis également dit « quand tu sentiras bouger le bébé, cela ira mieux ». Mais très vite, j'ai identifié ses petits coups, ce qui au départ n'a pas tellement changé mon état d'esprit. Et c'est cela qui m'a décidé à prendre les choses en main. Car sentir cet enfant bouger en moi et ne pas réussir à appréhender sa présence avec amour s'est mis à produire sur moi une grande culpabilité. J'en étais arrivée à me dire que j'étais une horrible personne, indifférente à son propre enfant, alors que, dès les premiers instants de ma première grossesse, tout avait été si fort en joies, en émotions positives...

Pour tenter de prendre contact avec ce bébé qui grandissait en moi, au mieux dans mon indifférence totale, au pire dans les larmes, j'ai décidé, autour du début du 5ème mois, de retourner voir la psychologue du service des grossesses pathologiques. J'ai également acquis des livres sur les relations entre la mère et le fœtus, et décidé de faire du yoga prénatal. J'ai pris sur moi de parler chaque soir, au moment de me coucher, à ce bébé qui me donnait l'impression de m'être étranger. Au début, je me faisais violence, et lorsque je pleurais, je lui expliquais pourquoi, que cela n'avait rien à voir avec lui, que c'était ma peine à moi qui s'exprimait mais qu'il n'en était pas la cause. Ces moments que je forçais au départ n'étaient pas facile du tout, et souvent douloureux. J'ai compris quelques semaines après avoir commencé que cela était lié au fait que parler à ce nouveau bébé le rendait réel, alors que je gérais ce début de grossesse dans un déni quasi total. Certains proches m'ont offert des petits cadeaux pour le bébé et m'ont aidé ainsi à commencer à faire des projets avec cet enfant.

C'est dans ces démarches actives que j'ai trouvé l'aide dont j'avais besoin. Et surtout, à force de

La grossesse suivante

toucher mon ventre, de parler à mon bébé et de le sentir réagir à mes sollicitations, un lien s'est créé. Mon physique, en quelques semaines, est incontestablement devenu celui d'une femme enceinte, alors que jusqu'à présent rien ne se voyait, preuve que mon corps lui aussi exprimait mes blocages. Je me suis surprise à sourire, au ressenti de ces coups si nombreux, et si forts, dès que je me mettais à parler au bébé. J'ai réellement commencé à appréhender les choses différemment. Mon mari, lui aussi, s'est laissé gagner par cette dynamique et s'est mis à me parler souvent de notre enfant, s'est mis à me demander si je l'avais senti aujourd'hui, à demander de ses nouvelles, voir à tenter de lui parler.

Aujourd'hui à l'entrée dans le troisième trimestre, j'ai l'impression persistante que ma

Deux IMG et un bébé.

J'ai beaucoup réfléchi à la façon de parler de la « grossesse d'après », mais c'est un exercice qui, dans mon cas, est extrêmement compliqué. Compliqué puisque le message que je vais vous dresser est autant porteur d'espoir qu'anxiogène. Compliqué puisque, dans notre cas, toutes les histoires ne peuvent pas se finir bien.

Comment vit-on la grossesse d'après, quand on a connu le deuil périnatal ? Eh bien de façon très déconstruite, très déstabilisante.

Maman d'un bébé décédé en juin 2014 suite à une IMG, je retombe enceinte très rapidement, en novembre de la même année. L'attente qui précède le test de grossesse positif me paraît pourtant interminable. Chaque mois, je guette les signes qui viendraient annoncer l'arrivée d'une nouvelle histoire, d'un nouvel enfant. Je n'en peux plus d'être en deuil, je pense que je suis aussi à la recherche d'une maternité que je n'ai fait que frôler du bout des doigts.

grossesse débute à peine. Mon bébé est bien présent et ne me permet pas de l'oublier. Certes, ce ne sont plus ces bouffées de joie pure du passé, et je suis loin de me sentir invulnérable, je crois que cette innocence-là s'en est allée pour toujours, mais ce sont des éclaircies dans mes journées, des rayons de soleil, de petits cadeaux. Je suis très reconnaissante d'accueillir au creux de moi cet enfant qui refuse de se faire discret, et qui me tire vers le retour aux joies de la maternité.

J'espère de tout cœur que d'ici moins de trois mois, nous nous rencontrerons lui et moi, et que tout ira bien, mais je remercie dès maintenant mon bébé de n'avoir pas renoncé à se faire connaître de moi, pour ne pas être oublié.

Anne

Ma seconde grossesse est compliquée : je suis sujette à de très sérieuses nausées, tellement violentes que je dois rester clouée au lit. Je suis arrêtée tôt, les médecins préfèrent ne pas me brusquer. Et moi, j'oscille en permanence entre la joie d'être enceinte, l'envie de me projeter et de me préparer à l'arrivée de cet enfant, et la prudence la plus élémentaire qui me souffle de ne surtout rien faire avant que le bébé ne soit, cette fois ci, bel et bien là. Surtout, ne plus revivre l'horreur de devoir rendre des vêtements pour nourrisson, bien qu'encore enceinte, avant la fin de validité du ticket de caisse.

Ce qui est compliqué aussi, c'est que les médecins psychologisent tout. J'ai des nausées ? « C'est psychologique ! ». Je fais des malaises ? « C'est psychologique ! ». A chaque consultation, on me demande si « je suis suivi »

La grossesse suivante

Je deviens réellement folle à force de me sentir scrutée par le corps médical, plus prompt à me ranger dans une case (la nana endeuillée qui vit donc mal sa nouvelle grossesse) qu'à tenter de comprendre et de me rassurer. Il est vrai que je suis aussi morte de trouille à l'idée qu'il arrive quelque chose au bébé : mon frigo n'aura jamais été aussi bien nettoyé que pendant ces 9 mois, tellement je me mets à développer une panique à l'idée de manger un aliment contaminé. On ne peut pas vraiment dire que je suis sereine, loin de là.

Je tente l'haptonomie pour m'investir dans ma nouvelle grossesse, je crains la dépression post partum, j'ai peur de ne pas réussir à m'attacher à ce nouveau bébé.

Les échographies se succèdent et rythment cette nouvelle grossesse : une chaque mois, ou presque. On souffle enfin un peu lorsqu'à l'échographie du deuxième trimestre, le bébé va bien. Les malformations qui condamnaient sa grande sœur ne sont pas là. Ouf. On ne peut vraiment dire que j'arrive à me détendre pour autant, mais on a passé un cap décisif, et quelque part, j'ai l'impression d'avoir conjuré le sort.

J'accouche fin août 2015 d'un splendide bébé de 3,8kg. Je passe les premiers mois à me battre encore avec les médecins culpabilisateurs, qui froncent les sourcils si j'ai le malheur de mentionner ma première fille (sachez-le, amis parents endeuillés : pour certains médecins, tout, je dis bien T.O.U.T devient la conséquence de votre deuil. C'est aussi absurde qu'épuisant, mais c'est ainsi).

Nous menons en parallèle des tests pour tenter de comprendre l'origine des malformations de notre première fille, aussi rares que graves. L'autopsie (que nous recevrons avec deux ans de retard) a en effet montré que la piste génétique devait être envisagée. Les résultats génétiques nous parviennent plusieurs mois

plus tard, ils n'ont rien trouvé. Nous sommes rassurés : nous pouvons donc avoir un bébé, encore, et agrandir la famille. Ce n'était qu'un coup de malchance, de pas de bol. Cela ne se reproduira plus.

Je retombe enceinte pour les deux ans de notre deuxième fille, et à nouveau, rebelotte : nausées et malaises, mais, cette fois-ci, j'ai appris à taire nos antécédents. Pas folle la guêpe, j'ai suffisamment morflé lors de la grossesse précédente.

J'ai cependant retrouvé une forme de sérénité pendant cette grossesse : advienne que pourra, après tout, il n'y a aucune raison que les choses se passent mal. J'achète quelques vêtements dès le premier trimestre, je fais moins la regardante sur l'état de mon frigo, je me permets de manger certaines choses auxquelles je n'aurais pas touché lors de ma précédente grossesse. On ne peut pas exactement parler d'insouciance totale, mais je me détends.

Mon obstétricien juge inutile de me faire refaire des échographies de contrôle tous les mois, comme pour ma grossesse précédente. Après tout, j'ai accouché d'un bébé en parfaite santé, il n'y a presque aucune chance que « cela » se reproduise de nouveau. J'insiste, je préfère être rassurée, je me vois donc prescrire une échographie au 4ème mois, à laquelle j'assiste seule (quand je disais, que j'étais plus détendue !).

Quand le médecin passe sur le cerveau du bébé puis, sans un mot enchaîne sur le reste, je comprends tout de suite qu'il y'a quelque chose qui cloche. Je demande d'une voix faible : « et le cerveau ? ». « Il y'a une dilatation ventriculaire ».

Je pense qu'il est inutile de décrire les étapes qui suivent. Mais voilà, les échographies suivantes montreront des malformations similaires à la première fois. Nous choisissons donc, à nouveau, une IMG.

La grossesse suivante

Cela fait 6 mois au moment où j'écris ces lignes. De façon assez étrange, maintenant que je sais que les malformations de notre première fille étaient d'origine génétique, j'ai retrouvé une forme d'apaisement : ce n'était pas de notre faute, ce n'était pas de ma faute. Je n'aurais rien pu faire pour éviter ce qui s'est, à deux reprises, produit.

Je ne dis pas que tout va bien, je ne dis pas que j'envisage d'agrandir à nouveau la famille de façon insouciant, mais je pense que j'ai retrouvé une forme de paix.

Comment se passera la grossesse suivante ? Y aura-t-il seulement une nouvelle grossesse un jour ? L'avenir nous le dira... parce que, comment vivre une grossesse en se sachant porteuse d'un gène fatal aux bébés in utero ? J'espère pouvoir revenir raconter un jour une autre histoire joyeuse, j'espère pouvoir redevenir maman, en attendant, je prends chaque jour l'un après l'autre.

Julie

Congrès des échographistes Français

En 2017, lors d'un congrès médical, l'association était intervenue pour aborder le sujet particulièrement délicat de l'annonce du diagnostic.

Suite à ce travail, nous avons souhaité aller à la rencontre des échographistes, qui sont très souvent en première ligne dans la découverte et l'annonce de ce qui se révélera dans bien des cas un véritable cataclysme dans la vie des futurs parents.

Ainsi, les 11, 12 et 13 mai, nous avons eu le plaisir d'être présentes pour la première fois aux Nouvelles Journées d'Echographie Fœtale à Paris.

Nous y avons reçu un accueil très chaleureux, tant de la part des organisateurs que des participants. Notre travail a été fort apprécié, et les échanges que nous avons pu avoir avec les professionnels au cours de ces 3 jours ont été très riches.

Nous tenons à remercier chaleureusement le Docteur Georges Haddad, président du Collège Français d'Echographie Fœtale, et le Docteur Philippe Boukobza pour leur accueil et la présentation de notre association lors du discours d'introduction.

Adeline

3eme journées d'imagerie de la femme et du fœtus

Pour continuer cette démarche vers les échographistes, nous avons été présentes les 13, 14 et 15 juin aux troisièmes journées d'imagerie de la femme et du fœtus.

Nous y avons eu un accueil timide, peu de personnes présentes connaissant notre association. Mais ces journées ont été l'occasion de très belles rencontres et d'échanges très riches sur ce moment tout particulier qu'est la découverte de la malformation et de l'annonce. Comme nous l'a dit si justement un praticien, « A ce moment, seul nous connaissons une information qui au moment où nous allons la dire va transformer à jamais la vie des personnes qui sont avec nous »

Il en ressort une réelle avancée dans les démarches des professionnels pour aller plus loin dans les outils de formations et d'aide à l'annonce, comme ces simulations qui sont mises en place par certains services.

Juliette et Céline

43ème journées nationales d'études de l'association nationale des puéricultrices

Les 13, 14 et 15 juin se sont tenues les 43èmes Journées Nationales d'Etudes des Puéricultrices à La Rochelle. Cette année encore les professionnels rencontrés ont montré un vif intérêt pour notre travail et nos outils.

De part la grande diversité de leurs missions (PMI, maternité, néonate ...), les puéricultrices peuvent être confrontées au deuil périnatal dans différents contextes, et rencontrer des parents et fratries à différents moments de leur vie et de leur chemin de deuil.

Les échanges ont ainsi été riches et passionnants, avec des professionnels très en demande d'information, voire de formation, sur ce sujet délicat.

Adeline

46ème Assises Nationales des Sages Femme

Petite Émilie était présente aux 46eme Assises des Sages Femme. Même si beaucoup connaissent l'existence de l'association, rafraîchir les mémoires sur nos actions, présenter nos outils (avec un très bel accueil pour Oscar et Léonard) ainsi que les échanges sur les situations vécues par les soignants sont toujours l'occasion de moments très riches.

Aurore

Formation à Reims le 18 mai 2018

Comme chaque année depuis maintenant 6 ans, l'école de sages-femmes de Reims nous a conviés à participer à la formation des étudiantes de 4e année.

Malgré les grèves du réseau ferré qui aurait pu compromettre le voyage, Marie-Hélène et Clarisse ont animé une formation auprès d'étudiantes particulièrement participatives et sensibles à la qualité du travail qu'elles peuvent mettre en place auprès de leurs patientes dans un parcours de deuil périnatal.

Clarisse

Les anniversaires

Nous attirons votre attention sur le fait qu'il est nécessaire d'inscrire votre enfant chaque année sur le formulaire disponible sur le lien ci-après, afin qu'il soit cité dans la lettre d'information de Petite Emilie.

<http://www.petiteemilie.org/newspe.php>

Juillet

Le 1 : Baptiste enfant d'Aude et Christophe
Le 3 : Amaël enfant d'Eléonore et Stéphane
Le 3 : Jade enfant de Léna et Franck
Le 3 : Ange enfant de Pauline et Michael
Le 5 : Iris enfant d'Anne et Stéphane
Le 6 : Basile enfant d'Alizée et David
Le 6 : Rafael enfant de Celine et Sébastien
Le 7 : Ange enfant d'Emilie et Francis
Le 7 : Leire enfant de Helene et Stéphane
Le 8 : Gaël enfant d'Adèle et Fabien
Le 11 : Victor enfant de Hélène et Stéphane
Le 11 : Augustin enfant de Sandra et Philippe
Le 12 : Axelle enfant d'Aline et Mathieu
Le 13 : Elliot enfant de Christelle et Ludovic
Le 13 : Charlotte enfant d'Emilie et Wédric
Le 14 : Mathéo enfant d'Audrey et Jérôme
Le 16 : Loan enfant d'Audrey et Jérôme

Le 15 : Elisa enfant de Silvia et Pierre
Le 16 : Malone enfant de Stéphanie et Yannick
Le 18 : Théo enfant de Deborah et Alex
Le 18 : Elie enfant de Virginie et David
Le 19 : Sacha enfant d'Aurélié et Camille
Le 19 : Marc enfant de Stephy et Réginald
Le 20 : Simon enfant de Sidonie et Emmanuel
Le 22 : Thomas enfant d'Evelyne et Yves
Le 23 : Marielle enfant d'Aurore et Jean-Marie
Le 26 : Lya ange enfant d'Emilie et Guy
Le 26 : Mon Bebe enfant de Perrine et Sebastien
Le 27 : Ange enfant de Fanny et Laurent
Le 27 : Arthur enfant de Laura et Arnaud
Le 28 : Andréa enfant de Christelle et Alessandro
Le 29 : Maëlys enfant d'Essia et Hervé
Le 31 : Alexandre enfant de Mathilde et Manuel

Août

Le 1 : Stella enfant de Céline et Sébastien
Le 2 : Raphael enfant de Laetitia et Stéphane
Le 7 : Titouan enfant de Cécile et John
Le 7 : Maël enfant de Julie et Jean-louis
Le 7 : Loan enfant de Marie Hélène et Thomas
Le 7 : Antoine enfant de Séverine et Pierre-Marie
Le 8 : Elisa enfant de Caroline
Le 8 : Arthur enfant de Laurène et Sébastien
Le 10 : Robin enfant de Marine et Thibault
Le 10 : Mathis enfant de Sophie et Damien
Le 11 : Gabrielle enfant de Cindy et Aurélien
Le 13 : Rose enfant de Marie-Claire et Benoît
Le 13 : Ivka enfant de Maylis et Nicolas
Le 17 : Valentin enfant d'Audrey et Ludovic
Le 19 : Rose enfant de Caroline et Nicolas

Le 23 : Romain enfant d'Adeline et Cyril
Le 23 : Manon enfant de Priscille et Julien
Le 24 : Lylwenn enfant de Maddly et Gary
Le 24 : Inés enfant de Mélanie et Stéphane
Le 25 : Gabriel enfant d'Elodie et Julien
Le 25 : Louka enfant de Perrine et Fabien
Le 26 : Aela enfant de Laetitia et Kevin
Le 26 : Arthur enfant de Nathalie et Franck
Le 27 : Maïa enfant de Beatrice et Morgan
Le 29 : Alexandre enfant de Pauline et Loïc
Le 30 : Raphael et Arthur enfant de Emilie et Cyril
Le 31 : Fanny enfant de Florence et Franck
Le 31 : Shana-Djino enfant de Monika et Damien
Le 31 : Etan enfant de Valerie et Maxime

Les anniversaires

Septembre

Le 1 : Olivia enfant d'Anne-Sophie et Roland

Le 1 : Jeanne enfant de Fanny et Anthony

Le 2 : Ilona enfant de Jeanne et Donatien

Le 4 : Meggy enfant d'Elodie et Bruce

Le 5 : Louise enfant de Julie et Julien

Le 5 : Nolane enfant de Rosalie et Christophe

Le 6 : Capucine enfant d'Anaëlle et Julien

Le 6 : Théo enfant d'Estelle

Le 7 : Aélia enfant de Roselyne et Régis

Le 8 : Gabrielle enfant d'Anaïs et Anthony

Le 10 : Colombe enfant de Géraldine et Julien

Le 11 : Lucie enfant de Niken et Vincent

Le 14 : Victor enfant de Claire et Anthony

Le 17 : Noé enfant de Mathilde et Nicolas

Le 18 : Cassandre enfant de Delphine et Aurélien

Le 20 : Clarisse enfant de Clémentine et Brice

Le 20 : Axel enfant de Fanny et Florian

Le 20 : Tom enfant de Sophie et Mathieu

Le 21 : Romain enfant de Bénédicte et Emmanuel

Le 22 : Clément enfant d'Amandine et Anthony

Le 22 : Marion enfant de Nathalie et Laurent

Le 23 : Léo enfant de Valérie et Julien

Le 27 : Nadir enfant de Karima et Abdelkrim

Le 28 : Alexis enfant d'Océane et Dylan

Le 30 : Célia enfant de Edwige et Jean-Baptiste

Le 30 : Mathieu enfant de Renée et Jean Luc

Gardons le contact

Réagir à la lettre d'informations rendez-vous :

Forum de l'association Petite Émilie

Pour les personnes confrontées à une Interruption Médicale de Grossesse et à un deuil périnatal

Vous ne recevez pas (plus) la lettre d'informations,
Vous voulez à votre tour proposer un texte, un sujet de fond que vous aimeriez voir traiter
Contactez-nous à l'adresse

petiteemilie@petiteemilie.org



Pour retrouver nos anciennes lettres d'informations, cliquez [ici](#).

Retrouvez-nous sur notre page Facebook, nos comptes Instagram et Twitter
Association Petite Emilie



Petite Emilie, c'est un site internet, un livret, des réponses aux questions des parents, des formations pour les professionnels..., mais Petite Emilie aujourd'hui, c'est surtout Evelyne, Laurence, Silvia, Clarisse, Juliette, Marion, Céline, Valérie et quelques parents, professionnels, tous bénévoles... **et pourquoi pas vous ?**

Si vous souhaitez vous investir dans la vie de l'association (pas besoin d'un temps plein, chacun a sa vie, simplement besoin de bonne volonté et d'énergie !), nous accompagner sur un congrès, animer des formations, aider à la modération du forum, participer au conseil d'administration, ... **faites-le nous savoir [là](#) !**

L'équipe Petite Emilie