

Nathalie-T Formations

Nathalie Lancelin-Huin

Psychologue spécialisée en périnatalité

« De l'annonce de la pathologie
à la prochaine grossesse : un
chemin...»

SEFOR
**6ème rencontre d'éducation
thérapeutique**
Lyon- 2 décembre 2016



sur le chemin de la vie...

- La disparition d'un être cher est une épreuve des plus bouleversantes, quels qu'en soient les causes, les circonstances, attendues ou non
- Perdre un enfant pour un parent, est parmi les pires. Quand il s'agit d'un bébé décédé in utero ou autour de la naissance, c'est plus singulier encore ; et finalement que très récemment appréhendé dans sa particularité, comme dans nos consciences

Un chemin ...

- De profondes modifications technologiques du XXe siècle (en particulier le développement de la médecine foetale et du diagnostic anténatal) ont entraîné un nouveau paysage des causes de mortinatalité
- Toutefois si les causes ont évolué, la prévalence des décès périnataux reste elle inchangée ! Cette prévalence dans les pays développés est de 1%. Il s'agit donc d'un véritable problème de santé publique, tant en ce qui concerne la prévention des causes évitables, que la prise en charge des parents concernés par ces drames
- Devant le choc frontal, ils ont souvent aux lèvres cette même phrase : « est-ce qu'on s'en remet un jour ? ». Oui, les parents qui font un chemin, quel qu'il soit, en témoignent. Alors quel chemin biologique se frayer pour qui le vit frontalement et pour ceux qui ont à cœur de les accompagner à traverser cette épreuve ?

S'adapter à pareil uppercut de la vie

- Un mot clé à retenir : s'adapter
- C'est donc bien ce puissant processus qui est en jeu dans le chamboulement généré par la perte d'un bébé: s'adapter. S'adapter afin de restaurer dans les meilleurs délais un équilibre suffisant et un jour suffisamment vibrant... ce qui va prendre du temps
- Il y aura eu effectivement cet uppercut de la vie qui aura laissé les parents à terre
- Il y aura eu finalement tout un rythme qui aura basculé dès le décès et qui souvent les aura fait tenir, tant il y avait encore « des choses à faire ». Mais arrive ce jour, ce moment tout autant redouté qu'ils l'attendaient : « rentrer chez eux » ; funeste jour du reste de leur vie, plus jamais la même qu'avant ...

S'adapter à mesure à la trajectoire modifiée

- C'est toujours une trajectoire durablement modifiée car avec l'arrêt d'une grossesse, le couple perd tout à la fois :
 - un bébé à venir dans son foyer,
 - une grossesse avortée dans sa promesse,
 - de fait des projets à court terme
 - et un projet de vie qui se réoriente brutalement
- Pas le moindre des virages à opérer ...

S'adapter dans un même temps à la mort passée par là et d'aussi près

- Se confronter à l'annonce d'une mort en direct ou à venir et selon, à une décision d'arrêt de la vie du bébé
- S'éprouver à porter un temps la mort en soi, mettre au monde un enfant décédé, puis se questionner à deux quant au devenir du tout petit corps
- S'interroger plus précisément sur ce qu'ils pourraient envisager pour eux-mêmes le moment venu
- Être cueillis par les morts d'hier et par l'anxiété des prochains qui pourraient advenir
- Finalement de dedans à si près, des trépassés d'hier à ceux potentiellement de demain, la mort vient se nicher au-dedans. Redire toutefois que la survie est une étape nécessaire ; une zone intermédiaire incontournable et résiliente pour se ré-approcher de vivre

S'adapter en veillant à la santé du corps

- La douleur morale accentue celle physique et les maux physiques amplifient ceux du cœur. Bleus du corps, blues de l'âme : l'un entretient l'autre et le renforce réciproquement
- Ce qui nécessite de revenir aux sensations physiques et réaliser que toujours « ça » respire encore
- Un rythme dicté par le corps qui lui ne ment jamais sur son équilibre vital et son besoin de récupération. Ce temps peut durer et nul ne peut savoir par avance combien de temps cela prendra
- Qui dit temps, dit aussi juste temps à conjuguer avec l'autre avec lequel on vit et avec tous les autres au dehors

Tenter de s'adapter aux autres
... et s'affûter alors à tous les recoins de l'amour

- Un sentiment d'être à contre-cœur, à contre-temps, à contre-courant
- Des sources de tensions : les colonies de femmes enceintes et la naissance des bébés des autres
- Des source d'agacements : la complainte des bienheureux qui s'ignorent
- J'invite toujours les parents à briser une omerta mortifère, réajuster les décalages relationnels et guider les pas malhabiles de ceux qui tâtonnent à savoir comment se positionner autour d'eux
- On ne fait jamais l'impasse du langage, à un moment ou à un autre ...

S'adapter alors véritablement à la condition humaine universelle

- La force de l'oubli
- Le débaroulé des regrets
- Le poison de la culpabilité
- Le fiel des pourquoi acérés
- Ils sont adressés au ciel et au commun des mortels :
« Pourquoi ? Pourquoi c'est arrivé ? Pourquoi nous ? »

S'adapter à la réalité : la quête du sens

- Seul le sens (l'orientation) que les personnes vont successivement donner à leur vie, et seul le sens qu'ils vont donner à leur existence (sa valeur) vont donner une forme à tout cela
- Une transformation en vue d'une « utilité »
- L'acceptation de la non maîtrise de tout ce qui vit
- L'accueil du mystère de cette vie à l'échelle d'un univers
- Consécutivement les couples repriorisent à ce stade leurs essentiels qui ne sont plus classés dans le même ordre, sur la liste du top 10 du sens de leur existence

Ensemble s'adapter à la vie

- De fait chacun ne peut que s'occuper de lui d'abord, pour avoir la possibilité de donner à l'autre ensuite. Ce qui est assez contraire à nos pensées
- Faisant face puis cheminant sans se perdre de vue (soi et l'autre), les couples voient s'augurer un nouveau pays avec un autre éclairage, moins dévasté, moins aride et même bientôt avec une touche de vert au loin ; touche de vert qui ne peut avoir occulté le fil rouge du charnel et de la sexualité
- Alors inévitablement arrive la question puis la perspective d'un nouvel enfant
- Un désir de nouvelle grossesse et une interrogation à ce sujet : « qu'est-ce que le bon moment pour y retourner ? »

Désirer un enfant de nouveau : une mesure de s'être adaptés ?

- « Retourner vers une grossesse » est, depuis mon expérience, l'option majoritairement choisie, probablement parce qu'elle est animée du flux de la vie (des milliards d'années que la vie avance) qui nous traverse
- L'enjeu étant de taille, l'assise psycho-émotionnelle conjugale est comme sondée « après la tempête » et avant ce futur remaniement
- C'est en définitive, l'épuré du moment où la trinité (tête, corps et cœur) dit plutôt « oui »

**Alors justement être « un homme » dans ces circonstances,
... juste humain !**

- Oui, le corps sait panser ses blessures, en faisant de l'os là où il est fracturé ou en cicatrisant ses plaies quand il en a.
- Alors oui, la psyché dans son semblable processus biologique, sait elle aussi métaboliser l'effraction et les angoisses abyssales générées par pareil drame
- Choisir de ne pas subir : une responsabilité à n'enlever à personne

*« Au milieu de l'hiver, j'ai découvert en moi un invincible été. »
Albert Camus*

- ✓ Retenir le mot-clé : adaptation
- ✓ S'adapter à pareil uppercut de la vie
- ✓ S'adapter à mesure à la trajectoire modifiée
- ✓ S'adapter dans un même temps à la mort passée par là et d'aussi près
- ✓ S'adapter en veillant à la santé du corps
- ✓ Tenter de s'adapter aux autres et s'affûter alors à tous les recoins de l'amour
- ✓ S'adapter alors véritablement à la condition humaine universelle
- ✓ S'adapter à la réalité : la quête du sens
- ✓ Ensemble s'adapter à la vie
- ✓ Désirer un enfant de nouveau : une mesure de s'être adaptés ?
- ✓ Alors justement être « un homme » dans ces circonstances, juste humain...

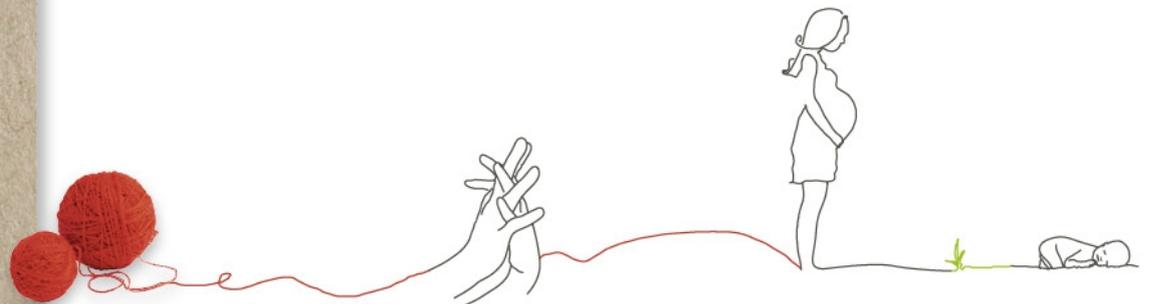
Merci de votre écoute
en cette fin de journée ...

Nathalie-T Formations

Nathalie Lancelin-Huin
Psychologue spécialisée en périnatalité



www.nathalie-t.com



sur le chemin de,