

Pour soutenir les parents face à la fin de vie
de leur tout-petit et au deuil périnatal...



ASSOCIATION
spama

LETTRE ANNUELLE D'INFOS
Janvier 2022

Page 2

DATES CLÉS 2022

L'ASSO EN 2021

**LE NOUVEAU LIVRET DEUIL
ET LES PARENTS EXPATRIÉS**

Pages 3 à 6

DOSSIER DÉTACHABLE :

> **LA PLACE DES PÈRES
EN PÉRINATALITÉ**

> **QUAND LES PÈRES
ENDEUILLÉS ONT LA PAROLE**

Page 7

LES PAPAS SUR LE FORUM

**POINT SUR LES GROUPES
D'ENTRAIDE**

Page 8

ZOOM SUR LE COFFRET SPAMA

Vers la fin du tabou entourant le deuil périnatal ?

Le 6 décembre 2021, a été promulguée la loi accordant à tout bébé à naître, décédé in utero, la possibilité d'être inscrit sur le livret de famille de ses parents avec son nom de famille, et plus seulement son seul prénom ! Cette proposition, que nous avons largement défendue au cours de deux auditions, a été adoptée à l'unanimité par les sénateurs le 10 juin dernier et par les députés le 26 novembre. L'ensemble de notre représentation nationale a donc entendu et reconnu la douleur des parents touchés par un tel drame et a accepté de bousculer l'ordre juridique français en matière de filiation en accordant, à titre symbolique, pour ces enfants décédés in utero certains attributs de la personnalité juridique acquise par tout un chacun à sa naissance !

Le silence qui régnait pudiquement autour de ces "petits-morts", la non-reconnaissance de la réalité de ce deuil sont peu à peu tombés... Certes, il restera toujours une gêne à en parler dans la sphère publique, des maladresses et incompréhensions seront encore commises dans l'entourage familial, amical et professionnel de ces familles, la mort d'un tout-petit en maternité gardant une dimension indicible. Les parents confrontés à une épreuve si imprévisible auront souvent ce sentiment inévitable d'isolement, d'incompréhension face à un événement qui est venu faire désordre dans l'ordre de leur vie ! Mais il nous semble que le "tabou" autour de ce deuil soit en train de se lever, doucement mais sûrement : il n'y a qu'à suivre, sur les réseaux sociaux, l'incroyable diffusion de photos de ces bébés décédés pour le constater !

C'est alors à chacun qu'il appartient de mettre à jour ses propres connaissances sur toutes les dispositions d'aides qui existent déjà, sur les actions proposées, parfois depuis de longues années, par les services de maternité et les associations reconnues pour que ces tout-petits, morts trop tôt, soient profondément respectés et leurs parents soutenus. Il est nécessaire de savoir être relais d'information car toute famille peut être concernée. Aujourd'hui, plus aucun parent endeuillé ne devrait se sentir totalement abandonné face à un tel drame !

En tout cas, telle est la finalité de tout ce que notre réseau de bénévoles met en oeuvre au quotidien pour accompagner ceux qui pleurent leur tout-petit...

*Isabelle de Mézerac, présidente,
et tous les bénévoles de l'association*

Verbatims du 26 novembre 2021 suite au vote de la loi SUR LA PAGE FACEBOOK DE SPAMA

RÉGINE C.

7 mois que notre petit Céleste s'est envolé... Un geste fort de la part de tous ! Il va porter le nom de famille de son grand frère et de ses parents... Il fait partie de notre famille plus que jamais...

CAROLINE M.

Merci à votre association pour votre implication ! J'étais déjà très émue de savoir que l'idée était allée jusqu'à l'Assemblée Nationale ! Mais là, tout devient réel, c'est un cadeau de Noël avant l'heure...

CHARLÈNE P.

Mille mercis pour tout ! Notre fleur Océane va pouvoir avoir son nom de famille. Sa page dans le livret de famille ne sera plus barrée d'un coup de crayon...

Dates clés 2022

à Paris, du 12 au 14 janvier
3^e Congrès Paris Santé-Femmes

à Paris, le 12 mars
Journée Formation Continue des
bénévoles SPAMA

à Lille, le 17 mars
Journée EIRENE + intervention SPAMA

à Paris, du 31 mars au 1^{er} avril
20^e Journées du Collège National
des Sages-Femmes

à Saint-Malo, du 11 au 13 mai
50^e Assises Nationales des Sages-Femmes

à Bordeaux, du 15 au 17 juin
28^e Congrès de la Société Française
d'Accompagnement et de Soins Palliatifs
SPAMA est membre de la SFAP

à Angers, du 15 au 17 juin
46^e Journées Nationales des puéricultrices
et étudiants

à Marseille, du 21 au 24 septembre
26^e Journées de Médecine fœtale

à Paris, du 6 au 7 octobre
Formation au Deuil Périnatal en lien avec
la Fédération Européenne Vivre Son Deuil
SPAMA est membre de la FEVSD

à Pau, du 6 au 8 octobre
Congrès InfoGyn

à Lille, du 12 au 14 octobre
51^e Journées de la Société Française
de Médecine Périnatale
SPAMA est membre de la SFMP

L'ASSO EN 2021 : UNE ANNÉE DE PLUS EN PLUS ACTIVE AUPRÈS DES PARENTS ENDEUILLÉS

70 rencontres "Groupes d'Entraide" animées dans les multiples
antennes SPAMA, sans oublier le nouveau groupe sur Zoom pour les parents isolés ou expatriés

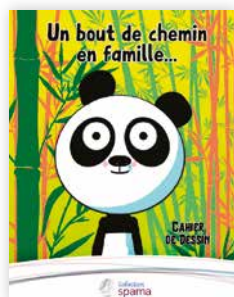
96 nouveaux parents inscrits sur le forum
et une nouvelle rubrique "Le coin des expatriés"

86 parents accompagnés sur la ligne d'écoute téléphonique au **07 87 85 37 81**

et une large diffusion des publications pour les familles



43
livres vendus



484
cahiers vendus



185
cahiers vendus



350
cahiers vendus
ou offerts
(1^{re} année de diffusion)

SUIVEZ L'ASSOCIATION SUR LES RÉSEAUX



LE NOUVEAU LIVRET DEUIL PÉRINATAL ET LES PARENTS EXPATRIÉS

Dans le cadre de la nouvelle édition francophone européenne de ce livret, nous avons souhaité nous tourner aussi vers les parents expatriés, tant cette épreuve peut être vécue comme une double peine pour eux !

Loin de leurs proches, loin de tout repère social et familial, il leur faut en plus affronter une double charge administrative dans la déclaration du décès de leur bébé... ce qui peut venir renforcer ce terrible sentiment de solitude que connaissent déjà bien des parents face à ce deuil !

C'est donc à eux que nous dédions cette nouvelle édition, en les assurant de tout notre soutien :

- > sur notre Forum de parents,
- > grâce à notre ligne d'écoute téléphonique,
- > dans un groupe d'entraide spécifique sur Zoom,
- > et l'envoi de nos publications, à leur demande !

Nous remercions le Ministère des Affaires Etrangères et la FIAFE (*Fédération Internationale des Accueils Français et francophones des Expatriés*) pour l'aide qu'ils pourront nous apporter dans la diffusion de ce livret.



AVEC LE SOUTIEN DE



LA PLACE DES PÈRES EN PÉRINATALITÉ

Une place à prendre et à soutenir encore

Après s'être intéressée à la périnatalité d'une manière générale, la psychologue Olga Perelman a creusé la place du père dans le champ périnatal. Que se passe-t-il dans la tête des hommes lorsqu'ils deviennent pères ? Quelle place leur donne la société ? Comment les aider à trouver et à prendre leur juste place ?

Interview de Olga Perelman

C'est en observant les hommes présents auprès de leur femme pendant les échographies et en entendant ces dernières parler de leur mari que Olga Perelman a eu envie de s'intéresser à ce qui se passe dans la tête des futurs pères : « Finalement, cette idée de s'intéresser à eux sans faire un copier-coller de ce qui se joue pour la femme est un sujet très récent dans la littérature, indique la psychologue clinicienne. J'avais envie de leur faire une place d'autant que j'avais le sentiment qu'ils la réclamaient presque. » Les pères se sont fait une place au fil des ans, surtout à partir de l'après-guerre. « C'est aussi à cette époque qu'on a commencé à considérer le bébé comme ayant sa propre vie psychique, rappelle Olga Perelman. Avant, le bébé était considéré comme un simple tube digestif, puis il est devenu un acteur à part entière de l'interaction avec la mère. Petit à petit, le troisième acteur familial – le père – a été progressivement considéré ». Le mouvement de Mai 68 a ensuite permis aux hommes de faire un pas de plus d'un point de vue sociétal : ce mouvement de libération, en émancipant les femmes et en élargissant leur statut au-delà du double rôle d'épouse et de mère, a ouvert un nouvel espace aussi aux maris. « Ce désir des hommes – désir d'enfant, désir de devenir père – existait avant, mais il ne pouvait pas s'exprimer, comme si cela n'était pas tout à fait autorisé, note Olga Perelman. Et ça l'est encore un peu aujourd'hui, puisque les moyens donnés pour leur offrir cette place sont balbutiants. »

Comment penser la place des pères ?

En s'appuyant sur les écrits en sociologie et en psychologie, la psychologue rappelle ce paradoxe sociétal : exiger ou souhaiter que les pères soient présents mais... pas trop ! « J'ai déjà entendu des remarques du style : "C'est quoi ce papa qui porte toujours ce bébé ? Pourquoi est-il toujours collé à son enfant ?", observe Olga Perelman. Inversement, si le père est absent, on lui tombe dessus. Nous sommes encore dans une période de transition qui a du mal à s'opérer, même si on observe des améliorations, comme l'allongement du congé paternité et l'ouverture plus fréquente de groupes de paroles aux pères ou futurs pères. » Depuis les années 80-90, les pères sont plus présents auprès des enfants et la psychologie différencie bien ce que chacun, mère et père, va apporter à l'enfant. Mais on étudie encore très peu les transformations inhérentes au père, ce qui se passe d'un point de vue psychique et identitaire pour l'homme qui devient père. Les choses commencent à bouger à partir des années 2000, avec l'ouverture des consultations anténatales aux hommes. « Les hommes assistent ou participent de plus en plus aux consultations, aux échographies ou aux cours de préparation à la naissance... C'est alors qu'on commence à s'interroger sur le vécu psychique de l'homme dans ces moments-là », poursuit la psychologue. Impliquer davantage l'homme dans la maternité est venu d'un double désir : le désir des femmes de bénéficier notamment d'un vrai relais et d'un soutien accru pour alléger la charge mentale qui pèse sur leurs épaules et le désir des pères eux-mêmes de développer davantage le lien père-enfant – un désir que peut évidemment partager la mère. « Ce désir a existé de tout temps, rappelle Olga Perelman. Il a été très fort dans l'Antiquité, surtout entre les pères et leurs fils, mais c'est réellement maintenant qu'il commence à se manifester et à être revendiqué. »

Accepter les fragilités

Laisser une place au père, qu'est-ce que cela signifie ? « Déjà accepter qu'il ait ses propres fragilités et les accueillir ; depuis Freud, on parle surtout du père en tant que "séparateur", qui fait tiers, qui vient faire loi, comme on le dit en psychologie, précise Olga Perelman. Or il se passe aussi des choses à un niveau singulier pour l'homme et accueillir sa fragilité reste encore un peu compliqué dans certains services de périnatalité. » L'un des axes étudiés par la psychologue dans ses recherches sur la paternité est l'agressivité, consciente ou inconsciente, qui peut émerger à l'occasion d'une grossesse, qu'il s'agisse d'une agressivité à l'encontre de la future maman ou du bébé, ce rival qui prend de la place dans le corps et le cœur de la femme, à son détriment, comme il peut l'imaginer parfois. L'arrivée d'un enfant réorganise les places de chacun "dans un jeu d'équilibriste". La dynamique de couple s'articule désormais autour d'une double identité conjugale et parentale et ce réaménagement n'est pas encore bien connu et reconnu. D'autant que la société a encore tendance à concevoir la place de l'homme plus en soutien de la femme, que dans son propre ressenti. Et d'une manière plus générale à idéaliser l'attente d'un enfant pour la femme comme pour l'homme. Les fragilités conjugales, maternelles et, plus encore, paternelles s'expriment encore difficilement. « Lors des entretiens avec les hommes, j'ai pu voir une différence : quand ils savaient que j'allais rencontrer leur compagne, ils ne s'autorisaient pas pleinement à dire ce qu'ils pensaient, témoigne Olga Perelman. Inversement, ils parlaient, me semble-t-il, de manière plus authentique quand je les rencontrais seuls, d'où l'importance de les laisser s'exprimer. Par exemple, laissons un père dire qu'il n'a pas trouvé que l'échographie était un moment magique ! » Moment clé de la grossesse, la première échographie peut être diversement ressentie ou appréciée par les pères : « La mère porte le bébé et cela fait une différence primordiale énorme, souligne Olga Perelman, tout en rappelant par ailleurs que si la mère est certaine, le père, lui, est incertain. En psychologie, il y a toujours tout et son contraire : l'échographie peut être porteuse d'un imaginaire positif ou négatif. Ainsi, certains futurs papas ne ressentiront pas grand-chose en voyant l'écran, quand d'autres se prendront à imaginer ce petit bébé qui leur ressemble déjà. Si l'échographie est avant tout un outil médical, elle reste pour les parents un matériel virtuel rempli de projection et de représentation imaginaire sur ce que sera cet enfant », poursuit Olga.

Puis arrive l'accouchement qui sera à nouveau appréhendé et vécu différemment en fonction de la personnalité et du psychisme de chaque père. Depuis des années, le père peut être présent en salle d'accouchement – ce qui n'est pas encore acquis systématiquement en cas de césarienne. Une avancée qui se transforme parfois en injonction. « Aujourd'hui, on leur fait cette place-là, mais on n'accepte pas qu'un père ne veuille pas assister à l'accouchement. On entend parfois des soignants dire : "il est dans la fuite", "il délaisse sa fonction" ; or cela peut aussi être un choix assumé par le couple. Pourquoi est-ce encore si difficile d'entendre qu'un homme pourrait faire le choix de ne pas être présent sans que cela signifie qu'il se désinvestit de son rôle de père ? »

Bien sûr, des pères qui ont du mal à s'impliquer, cela existe mais c'est à chaque fois une problématique singulière. De nombreux pères ont peur de ne pas savoir faire face à l'accouchement : « Savoir comment ils vont réagir - vont-ils s'évanouir ? - est une vraie question pour bon nombre de pères », témoigne Olga Perelman. D'où l'importance de travailler en amont avec eux sur leurs souhaits, leurs appréhensions, voire leurs peurs. « Et aussi de distinguer ce qui pourrait être un élément de fuite ponctuelle pendant la grossesse. Car la grossesse, puis la naissance, sont des périodes de chamboulement émotionnel, identitaire, psychique et social pour l'homme également : de fils, il devient père. Alors que les pères se doivent d'être présents, certains sont très désorientés : on commence à parler de Daddy blues. Comment désamorcer ce mouvement-là en amont pour que le père puisse prendre sa place ? » La psychologue cite un autre exemple : couper le cordon ombilical. « Pour certains, c'est facile, pour d'autres, c'est un acte difficile... Symboliquement, couper le cordon, c'est déjà faire un peu tiers entre le bébé et la compagne et ça impacte leur corps à tous les deux. Si le père ne veut pas le faire, il faut pouvoir l'entendre », avance-t-elle en pointant du doigt cette autre injonction paradoxale.

Un accueil qui reste compliqué

Les soignants, hommes et aussi femmes, ont-ils contribué à faire une place aux pères ? Et y contribuent-ils encore ? « J'ai démarré avec un médecin échographiste qui comprenait clairement cet intérêt, mais dire que tous les soignants hommes pensent à l'accueil de leurs pairs n'est pas si évident. L'accueil fait aux pères reste paradoxal, je pense que la maternité est encore quelque chose que l'on réserve beaucoup aux femmes. » Dans le milieu médical, il y a des postures qui sont attendues, quand d'autres suscitent plus de réserves. « Parmi celles admises, il y a le fait que le père doive s'impliquer au moment de la naissance, indique Olga Perelman. Mais un père qui s'impliquerait trop dès les premiers temps de la grossesse, cela peut questionner des équipes médicales, par exemple un père présent pour les consultations gynécologiques... Les soignants restent encore dans un ancrage traditionnel et ils peuvent avoir du mal avec la sensorialité dont le père peut faire preuve dans le contact avec son bébé par exemple. Pour eux, reconnaître que le père pourrait non seulement s'appuyer sur son propre père mais aussi sur sa propre mère dans sa paternité demeure complexe – cf encadré. »

Comment continuer d'aider les pères à trouver leur juste place durant la maternité ? « Je rêve que l'on puisse proposer dans toutes les maternités des groupes de parole ou des ateliers réservés spécifiquement aux hommes, répond Olga Perelman. Ils existent dans certains endroits



Olga Perelman est docteur en psychologie clinique et psychopathologie psychanalytique de l'Université de Paris (Paris Descartes) ; psychologue clinicienne en crèche et en libéral ; chargée de mission de formation au Copes.

mais il faudrait les systématiser de manière facultative, afin de faire entendre aux hommes - et à leurs compagnes - qu'il est normal que des pères puissent avoir besoin de cet espace-là. J'ai rencontré des hommes qui sont devenus pères pour la première fois et qui, parce qu'on leur a laissé la parole, avaient des choses à dire. C'est important de les entendre, les soutenir, les accompagner et les sensibiliser au fait qu'eux aussi vont pouvoir être chamboulés pendant toute cette période et qu'il est normal de se sentir désorientés dans ces moments-là. » Accompagner les pères qui ont vécu un deuil périnatal serait d'autant plus souhaitable pour Olga Perelman : « Qu'en est-il de la question des mouvements agressifs pour ces pères, l'un des axes forts de mon travail, quand vient s'ajouter la perte du bébé ? », s'interroge la psychologue. La culpabilité autour de cette perte a toute sa place dans les groupes de parole pour parents endeuillés, mères et pères.

Propos recueillis par Fanny Magdelaine



Guillaume et sa fille Gabby
© SPAMA

ÉLÉMENTS BIBLIOGRAPHIQUES

- Aubert-Godard, A. (2004). *Devenir père d'un enfant, un risque narcissique ?* In M. Dugnat, *Devenir père, devenir mère* (p. 129-142). Ramonville Saint-Agne: Erès.
- Castelain-Meunier, C. (2005). *Les métamorphoses du masculin*. Paris: Presses universitaires de France.
- Glangeaud-Freudenthal, N. & Gressier, F. (2017). *Accueillir les pères en périnatalité: Cahier Marcé n° 7*. Toulouse: Erès.
- Korff Sausse, S. (2009). *Éloge des pères*. Paris: Hachette littératures.
- Missonnier, S. (2008). *Dépressivité et dépression paternelles périnatales*. *Le Carnet PSY*, 129(7), 44-49.
- Perelman, O. (2017). *Quand l'échographie fait écho aux hommes*. *Spirale*, 83, 93-103.
- Perelman, O. (2019). *Devenir père : une expérience des limites dedans-dehors ?* *Spirale*, 89, 99-106.
- Perelman, O., Missonnier, S. & Guéguen, C. (2020). *Identité(s) paternelle, parentale et conjugale : devenir père d'un enfant*. *Cliniques méditerranéennes*, 101, 193-205.

Le concept de "bisexualité psychique"

En psychologie, on parle de bisexualité psychique pour exprimer le fait qu'homme et femme ont en eux des identifications masculines et féminines, maternelles et paternelles, des positions dites « actives » et « passives ». Ainsi, tout parent, père et mère, peut s'identifier à chacun de ses propres parents pour exercer sa maternité ou sa paternité, en reproduisant des comportements maternels ou paternels : un homme se comportera parfois avec son enfant comme sa propre mère se comportait avec lui ou comme son propre père le faisait. Ce concept, qui ne fait que prolonger l'analyse freudienne selon laquelle chacun a en soi une part bisexuelle, permet d'appréhender sous un autre jour la place du père, voire de donner des pistes aux pères pour les aider à prendre et à trouver leur place en périnatalité.



Témoignage

Témoignage de Larry, papa endeuillé et animateur d'un groupe d'entraide SPAMA depuis un an

« Je m'appelle Larry et j'ai 33 ans ; je suis père de Jonah, 6 ans et demi, Elena, qui aurait dû fêter ses 5 ans en Janvier 2022, et Andrea, 22 mois.

Elena n'a vécu que 10 jours sur Terre mais sa présence nous a marqués pour le restant de notre vie. Lors des premiers mois qui ont suivi le décès de notre fille, à chaque fois qu'on me demandait « comment va ta femme ? », je me sentais obligé de répondre : « aussi mal que moi, merci de demander ! ». Je voulais systématiquement faire remarquer à mon interlocuteur que la peine de ma femme était au même niveau que la mienne.

Lorsqu'un bébé décède, la société a tendance à se concentrer sur le mal-être de la maman endeuillée, tandis que la situation du père est bien souvent considérée comme secondaire, lorsqu'il n'est pas tout simplement oublié de l'équation. Dans l'inconscient collectif, la mère est la personne principalement touchée par ce deuil. C'est elle qu'il faut aider, qu'il faut soutenir, comprendre et plaindre. Et on s' imagine que le père, lui, est comme moins impacté par le décès de son bébé. On attend de lui qu'il soit suffisamment fort pour mettre de côté sa peine et qu'il puisse soutenir sa compagne. On lui demande d'être solide pour deux ! Et on s'attend ensuite à ce que, lorsque la maman aura pris son temps pour aller un peu mieux, le père ira naturellement mieux, sans forcément avoir pris de temps pour lui.

Il est évident que des pères se retrouvent dans ce constat, comme étant d'abord un compagnon pour aider leur femme à surmonter sa peine, avant d'être un père endeuillé à proprement parler. Ils se voient comme le compagnon, et non comme une personne ayant aussi perdu son bébé. Ce n'est pas ma vision des choses.

Je pense qu'il faut laisser une place à chacun pour exprimer sa propre peine. J'aimerais dire à tous les papas endeuillés que leur voix compte, que leur peine est respectable et qu'ils ont le droit d'exprimer leur mal-être. C'est ainsi que je conçois mon engagement aujourd'hui comme bénévole dans SPAMA. »

Quand les pères endeuillés ont la parole

Nathalie Presme, pédopsychiatre et psychothérapeute, a animé un groupe de parole de pères endeuillés à la maternité de l'hôpital intercommunal de Créteil. Elle témoigne de l'effet bénéfique d'un tel groupe pour ces hommes qui se sentent souvent oubliés lors d'un deuil périnatal.

Interview de Nathalie Presme

En 2007, Nathalie Presme lance avec une collègue psychologue un groupe de parole de mères endeuillées. « On rencontrait ces mamans en consultation individuelle et on entendait qu'elles se rendaient, pour discuter avec d'autres mères, sur des sites Internet non spécialisés sur lesquels elles trouvaient parfois des témoignages qui pouvaient être source d'inquiétude, raconte-t-elle. En les imaginant seules face à leur écran, nous nous sommes dit qu'il serait judicieux de créer un groupe pour se rencontrer en direct. » Leurs conjoints ou compagnons étant souvent au cœur des discussions, l'idée de créer le "pendant" pour les pères commence doucement à germer dans la tête des deux professionnelles. Une petite révolution dans un environnement où la mère tenait alors toute la place ou presque. « Les hommes parlent beaucoup du fait de se sentir oubliés face à cette épreuve, confirme Nathalie Presme. Il leur est important d'être reconnus comme des pères endeuillés. Ils ressentent comme une injustice de devoir se débrouiller seuls avec ce deuil, alors qu'ils traversent le même processus que les mères. Ils confient par exemple le moment de solitude abyssal vécu quand ils doivent aller à la mairie déclarer leur bébé mort... ».

Comment fonctionne ce groupe ? « Comme pour les mères, c'est un groupe ouvert de six à huit pères qui se réunit une fois par mois à la maternité, en fin d'après-midi après le travail. L'intérêt du groupe ouvert est de pouvoir accueillir chaque mois de nouveaux participants, et donc d'être chacun dans une temporalité différente, ce qui inscrit d'emblée une dynamique du temps, essentielle dans un processus de

deuil où initialement le temps se fige », explique la psychothérapeute. Et pourquoi à la maternité ? « Parce que l'institution "maternité" doit aussi pouvoir accueillir ce qui ne va pas bien, c'est notre mission d'accueillir les parents qui traversent ces épreuves de la vie, répond la psychiatre. Faire venir ici ces parents, c'est leur signifier qu'ils y ont leur place et que ce deuil s'inscrit dans une histoire où il y a un "avant" et un "après", que ce bébé décédé aura une place dans leur parcours de vie et que, s'ils le souhaitent, il peut y avoir une suite avec un nouveau projet d'enfant. »

Un groupe aux différentes temporalités

« La majorité des pères qui ont rejoint le groupe ont été envoyés par leurs femmes qui participaient elles-mêmes au groupe des mères, rapporte Nathalie Presme. D'ailleurs, je me souviens que l'un d'eux avait expliqué être venu pour faire plaisir à sa conjointe, avant de revenir pour lui-même. » Si la première rencontre est souvent difficile, notamment parce que ce n'est pas (ce n'était pas ?) dans la culture masculine de s'épancher sur ses émotions, une fois ce pas franchi, les papas sont revenus et se sont inscrits dans la durée. S'il est difficile de généraliser à partir de cette expérience groupale sur le vécu des hommes, il est sûr que ceux qui sont venus ont montré combien ils étaient concernés par ce décès. « Chaque nouvel arrivant se présente comme il l'entend : certains diront juste leur prénom, d'autres nommeront le bébé décédé et donneront quelques éléments autour des circonstances du décès, poursuit Nathalie Presme.

On suit le fil des échanges, on donne des nouvelles des absents, on demande si l'un a envie d'aborder une thématique et souvent on initie les choses car, comme pour tout chemin de deuil, le démarrage est parfois difficile. » Deux règles au moins permettent le bon fonctionnement du groupe : la discrétion absolue (ce qui se dit dans le groupe reste dans le groupe) et la demande faite aux participants de prévenir lorsqu'ils souhaitent arrêter de participer au groupe, « pour pouvoir se dire au revoir correctement ». Certains sont restés quelques mois, d'autres plus de deux ans. Des pères quittent le groupe, quand d'autres le rejoignent et ces différentes temporalités sont bénéfiques, avec cette idée que les plus anciens aident les plus récents : « Avoir des pères qui en sont à des stades différents du processus de deuil est un levier thérapeutique extraordinaire », souligne la pédopsychiatre. Et de prendre l'exemple de ce père effondré suite à l'interruption d'une grossesse gémellaire : « Il venait de rejoindre le groupe quand un autre père est venu dire au revoir au groupe, tout en rappelant son parcours ; le papa bouleversé a expliqué plus tard combien entendre et voir que cet homme s'en était sorti l'avait accroché au groupe et lui avait donné l'espoir de pouvoir s'en sortir à son tour. C'est un des effets thérapeutiques. »

Le groupe permet de sortir de l'isolement, de s'appuyer dans un premier temps sur les autres, pour ensuite retrouver ses capacités de penser ses émotions et de mettre des mots sur son vécu : « Même si la première étape est celle de la sidération, l'écoute du récit des autres va permettre ensuite de mieux saisir ce qui se passe en soi-même, de se découvrir et d'entrer dans les échanges », témoigne Nathalie Presme. Les rencontres durent une heure et demie ; toutes les émotions s'y expriment, de la tristesse à la colère : « L'un d'eux était en colère contre le monde entier et nous le faisait savoir, tandis qu'un autre restait très zen, à l'écoute de cette colère, prenant la position d'un sage qui tempère et cherche à apaiser. Lors d'un échange ultérieur, chacun des deux a dit combien l'émotion de l'autre lui avait été essentielle. Surtout ce père zen qui n'arrivait pas à dire sa colère, à s'autoriser à l'exprimer. »

Leur reconnaître une identité de pères endeuillés

Le groupe est un lieu d'affiliation qui reconnaît leur identité de pères endeuillés, difficile à faire exister en dehors : « Les pères sont souvent attendus dans une position d'aïdants ou d'accompagnants de leur compagne ; eux-mêmes investissent souvent cette place, constate la pédopsychiatre. Mais se faire entendre comme pères endeuillés est difficile pour ceux qui le veulent. Lors de la reprise du travail, leurs collègues peuvent ne pas savoir qu'ils attendaient une naissance ». Et cela malgré la reconnaissance de la société par le congé paternité dont les pères bénéficient dans le cadre d'un deuil périnatal. Même au sein de leur propre famille, cela peut être délicat quand le bébé à venir n'était connu que des parents eux-mêmes. Faire exister ce bébé pour eux et lui donner une place dans leur histoire respective est un challenge difficile mais essentiel.

Comment définir le deuil de ces pères ?

« Souvent, c'est au moment où le père voit le bébé qu'il se sent devenir père, explique Nathalie Presme. L'accouchement donne une réalité au bébé. Et donc, pour ces hommes qui ne portent pas le bébé dans leur ventre, on pourrait penser que la perte du bébé sera plus objectale, mais ce n'est pas toujours le cas. Nous avons eu au moins un père qui a fait un deuil mélancolique comme s'il avait perdu une partie de lui... Ces pères nous ont aussi parlé de leur vécu d'échec, d'impuissance, voire d'un sentiment d'infériorité face à tous ceux qui avaient réussi à devenir pères. Les thématiques abordées dans les deux groupes sont assez proches. Mais sur la forme, nous avons repéré que les hommes s'engageaient plus vite dans des échanges entre pairs, alors que les femmes avaient plus tendance à passer par nous et à attendre une sorte de reconnaissance ou de validation de leurs propos. »

En quoi ce deuil vécu par les pères s'exprime-t-il différemment du deuil maternel ? Même s'ils ne disent pas tout à fait la même chose, les hommes traversent les mêmes émotions et passent par les mêmes étapes du deuil. Plus que les femmes, les pères évoquent leur propre histoire d'enfant : « Ils reviennent sur la relation qu'ils ont entretenue avec leur père : quel père ils avaient eu ? Quel petit garçon ils avaient été ? Qu'est-ce qu'ils attendaient de l'arrivée de ce bébé ? » observe Nathalie Presme. Ce questionnement identitaire, autour de la notion de père, est récurrent : « Certains choisissent de nous parler de leur histoire personnelle en dehors du groupe, poursuit la psychothérapeute, comme ce père qui, ayant été abandonné enfant, maltraité, humilié, ne voulait pas être père parce que l'enjeu était trop important pour lui et qu'il craignait de faire naître un enfant qui pourrait souffrir comme lui-même avait souffert. Finalement, ce père, qui avait quitté soudainement le groupe, est revenu dire au revoir : « Il avait réussi à mettre des mots sur son malaise et a remercié le groupe. » Il s'est ensuite engagé dans un suivi individuel.

Ces groupes de pères, encore trop rares, complètent ce qui peut se dire et se vivre dans des groupes de parole de couples¹, chacun ayant sa spécificité. « Il y a sans doute une plus grande liberté d'expression dans un groupe d'hommes qui sont là en-dehors du regard de leur femme, souligne Nathalie Presme, même si discuter ensemble permet aussi de mieux traverser les choses. Un tel groupe mixte peut aider à faciliter l'échange conjugal et à mieux comprendre l'autre. En tout cas, ceux qui y sont venus nous ont montré qu'ils en avaient tiré beaucoup de bénéfices. »

Repenser la place du père en maternité

« Comment toucher plus largement les hommes qui traversent ce processus de devenir parent ?, s'interroge Nathalie Presme. Car il n'existe pas de consultations pré ou post-natales pour eux. » C'est toute la place du père dans le champ périnatal, de la grossesse à l'arrivée du bébé, mais aussi si ce bébé vient à décéder, qui devrait être revue : « Personnellement, dans ma clinique à la maternité, je l'ai toujours en tête, qu'il soit présent ou non ». Les configurations de couples et de situations sont nombreuses mais il faut reconsidérer la place du père dans ces lieux de soins, préconise Nathalie Presme.

Propos recueillis par Fanny Magdelaine



Nathalie Presme est pédopsychiatre, praticien hospitalier dans le service universitaire de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent du Pr Baleyte à Créteil. Elle est responsable de la liaison pédo-psychiatrique à la maternité, avec une équipe de psychologues, et de l'unité de périnatalité parent-bébé du Centre Hospitalier Intercommunal de Créteil.

ÉLÉMENTS BIBLIOGRAPHIQUES

- Marie Josée Soubieux, *Le berceau vide*, 2008, Coll. la vie de l'enfant, Eres.
- B. Beauquier Maccotta, *Le deuil périnatal, Clinique, pratiques et dispositifs thérapeutiques. Les âges de la vie*, Elsevier Masson.
- Sylvain Missonnier et al. *Manuel de psychologie clinique de la périnatalité, 2^{ème} édition*, Elsevier Masson. 2021
- Francine de Montigny et al., *Décès périnatal : le deuil des pères*, Ed. CHU Ste Justine, Université de Montréal, 2017
- Jérémie Szpirglas, *Pater dolorosa*, Ed. Le Passeur, 2019

¹ Les bénévoles de l'association SPAMA animent des groupes d'entraide regroupant, par rencontre, de 4 à 12 parents endeuillés, venant souvent en couple.

Sujet: Welcome les papas (Lu 458 fois)

Message de Vianney - Messages : 31 - Posté le 25 janvier 2021



Hello les papas !

« Chers papas,

Nous voici à l'aube d'une nouvelle année dans un contexte sanitaire bien particulier !

Mais si vous lisez ce message c'est aussi parce que vous vivez une épreuve bien particulière. 2020 s'est peut-être fini dans la douleur ou 2021 a peut-être commencé dans la souffrance... voire l'incapacité à porter ce que vous ne savez pas trop comment porter.

Mon message sur Noël n'a pas eu de réponses masculines et en même temps ce n'était pas une surprise ! :-) A vrai dire, ce n'était pas une fin en soi, mon objectif était de saluer bien fraternellement tous les papas qui, au coeur d'un drame, sur ce forum comme dans leur vie de couple, cherchent leur place.

Je ne me trompe pas en écrivant qu'on est tous un peu paumés dans l'épreuve que nous vivons. Je crois qu'on devient père à la naissance, là où la femme devient mère au fur et à mesure de la grossesse. Alors, forcément quand elle se termine en véritable cauchemar, notre réaction est bien ambivalente... Probablement écartelé entre notre souffrance (bien souvent négligée par l'entourage, voire par nous-mêmes) et notre volonté de soutenir celle que l'on aime et qui souffre bien différemment de nous, sans qu'on ne puisse trop le comprendre.

Je ne crois pas qu'il y ait de schémas type pour vivre un deuil. Il y a des étapes, vécues différemment selon chaque personne et aussi selon l'histoire de nos enfants. Personnellement, j'ai perdu 2 enfants et mes deuils ont été bien différents à chaque fois. La solitude masculine a été très forte en 2017, moins en 2019 parce que j'en parlais plus librement.

Parler de ce que l'on vit n'est jamais très facile pour nos tempéraments masculins. Et pourtant, je pense qu'il est bon pour avancer de nous exprimer et d'échanger entre papas !

Alors, n'hésitez pas... Cet espace est fait pour cela. Sentez-vous libre d'écrire 3 lignes, 30 phrases, 300 mots, d'exprimer votre histoire ou simplement une partie. Cela vide la tête !

Je pense bien à vous et vous souhaite sincèrement beaucoup de courage !

Vous vivez quelque chose d'extrêmement difficile et faites preuve d'un courage sans nom... ne l'oubliez pas ! »

POINT SUR LES GROUPES D'ENTRAIDE

Groupe d'entraide SPAMA
© SPAMA



Existants

- > Angers
- > Bruxelles
- > Lille
- > Luxembourg
- > Lyon
- > Montluçon
- > Nantes
- > Nevers (Printemps 2022)

En projet

- > Grenoble
- > Versailles
- > Aix-en-Provence

- > Paris Ouest
- > Paris Sud
- > Rennes
- > Rodez
- > Saint-Etienne
- > Toulouse
- > Valenciennes
- > Vannes



ZOOM SUR LE COFFRET SPAMA

L'histoire du coffret

C'est en 2010 à l'occasion des Assises nationales de sages-femmes qu'a eu lieu la rencontre improbable entre l'association SPAMA et l'entreprise FAMILY Service ! Rencontre d'où est né le projet de créer un outil très concret pour soutenir les parents juste après le décès de leur bébé, mais aussi pour aider les soignants à leur exprimer leur compassion.

Avec l'émergence du deuil périnatal et la compréhension de l'importance des traces de la vie de ce tout-petit, ces derniers avaient pris le réflexe de collecter tout ce qu'ils pouvaient laisser aux parents pour ne pas les voir repartir les mains vides... Bracelet de naissance, empreintes, photos (après accord des parents), petit bonnet... et cela quelles que soient les circonstances autour du décès du bébé (fausse-couche tardive, extrême prématurité, MFIU, IMG, accident périnatal, accompagnement en soins palliatifs...). Afin d'aider les parents à traverser leur deuil, en conservant précieusement les souvenirs de vie de leur enfant trop vite décédé !

Bien sûr, il n'est pas question d'imposer ce coffret, ni de le remettre rapidement au moment du départ de la maternité, mais de le proposer, de le présenter comme un objet mis à leur disposition.

Ce coffret vient aussi symboliser l'importance que le bébé avait aussi pour les soignants. Cette compassion restera inscrite pour toujours dans le cœur des parents, comme un premier point d'appui et de soutien.

Un témoignage parmi tant d'autres

Message reçu le lundi 21 septembre 2020 sur l'adresse mail de SPAMA

« Bonjour,

Nous souhaitons vous remercier pour votre coffret et le livret de deuil périnatal.

Repartir les bras vides de la maternité a été terrible. Au début, nous nous disions que c'était injuste de repartir les bras vides, sans notre bébé, mais seulement avec une boîte. Puis, quelques jours plus tard, nous ne pouvions plus nous passer de cette boîte. Elle est une des seules choses que nous avons pour nous rappeler de ce jour de naissance.

Alors merci pour votre travail et pour l'existence de votre association !

Carole et Alexis»

En 2021, 4779 coffrets distribués en France par Family Service et 260 envoyés par SPAMA



SCANNEZ POUR TÉLÉCHARGER LE
BON DE COMMANDE DE CES COFFRETS



Coffret SPAMA ©SPAMA

MERCI à l'entreprise Family Service - La Boite Rose pour la fabrication et la distribution des coffrets SPAMA

LA BOITE
Rose

ACTEUR ENGAGÉ DÈS LE DÉBUT DE LA VIE

Depuis 67 ans, La Boite Rose s'est engagée pour accompagner l'accueil de l'enfant dans les familles. Elle s'est mobilisée, aux côtés d'experts et d'associations, pour une expérience plus positive de la maternité : lutter contre les addictions, promouvoir l'allaitement, encourager la bienveillance éducative et la parentalité, développer une démarche santé environnementale, fournir des ressources d'informations et de prévention.

C'est dans cet esprit qu'elle soutient depuis 2012 l'action de SPAMA en fournissant **gratuitement** chaque année 5 000 coffrets "Empreintes" aux maternités et services de réanimation néonatale, pour que les soignants disposent d'un support pour accompagner les parents en deuil et leur signifier soutien et compassion. Elle distribue aussi, par la même occasion, les Livrets « Repères pour vous, parents en deuil d'un tout-petit », fournis par l'association SPAMA pour qu'ils soient remis gracieusement aux parents.

appel
aux dons

Votre soutien est important !

Vos dons nous aident à poursuivre notre action
et vous bénéficiez d'une réduction d'impôt.

Vous pouvez toujours faire un don en envoyant un chèque à l'ordre de SPAMA : 3, rue du Plat - 59000 LILLE. Un reçu fiscal vous sera retourné.



VOTRE DON
EN LIGNE

www.association-spama.com