



Les enjeux du diagnostic anténatal

Notre Dame de l'Arche d'Alliance 27 mai 2019

L'association Agapa

A Agapa, nous nous situons plutôt dans « l'après » de la décision, lorsque des personnes ayant vécu une interruption de grossesse et entre autre une IMG, n'en peuvent plus de la culpabilité et du mal-être qu'elles ressentent. Elles s'adressent alors à nous par téléphone ou par internet et nous leur proposons un premier entretien pour accueillir ce trop-plein de souffrance qu'elles ne savent pas toujours où déverser.

*Agapa est une association créée dans les années 90, suite à une réflexion menée au sein du diocèse de Paris à partir d'un constat : dans des lieux d'accueil et d'écoute, confessionnels ou non, dans des aumôneries d'hôpitaux, dans des maternités, dans l'accompagnement aux mourants, un certain nombre de personnes écoutantes : des sages-femmes, des soignants et aussi des visiteurs bénévoles et des prêtres, **ont pris conscience que l'avortement pouvait laisser des traces et parfois de profondes blessures ;***

*Il est apparu à ces personnes qu'il fallait sortir du débat idéologique et **être auprès de ceux et celles qui expriment cette souffrance afin qu'ils puissent trouver une écoute et un accompagnement qui n'existaient pas en France.***

C'est ainsi qu'est née l'association AGAPA, après une longue période de réflexion, de formation et d'élaboration, sous l'impulsion de Mgr Golfier et des Sœurs des Maternités catholiques.

Ensuite la mission d'AGAPA s'est peu à peu élargie et nous accueillons maintenant toute personne, homme ou femme, souffrant de n'avoir pu mener une grossesse à terme quelle qu'en soit la raison. L'association est présente à Paris, dans la couronne parisienne et dans un certain nombre de villes de province.]

Panorama de ce que peuvent exprimer les personnes accueillies quelques semaines, mois ou années après l'événement

Chaque histoire est unique et nous ne prétendons pas être exhaustives ; mais voici à l'aide de leurs propres mots, quelques éléments qui reviennent souvent lors des premiers entretiens. (Exemples concernant surtout des personnes ayant vécu une IMG)

La violence de l'événement

Qu'elle soit en début, en cours ou en fin de grossesse, qu'elle soit brutale ou ait été précédée de nombreux jours d'examens, d'angoisses et d'incertitudes, l'annonce de la mort de l'enfant attendue ou de son impossibilité à vivre « normalement » est d'une rudesse, d'une violence extraordinaire. Tout s'écroule. Un espoir de vie s'effondre. Les parents sont sous le choc, assommés.

Le sentiment que tout a été trop vite

Souvent est évoqué un sentiment d'urgence qui semble sur le moment avoir empêché toute vraie réflexion, empêché aussi parfois de laisser émerger le vrai désir.

C'est pourquoi aussi il semble important de laisser du temps : il faut assimiler la nouvelle, la digérer, la réaliser... pour pouvoir prendre la décision qui soit le plus conforme à ce que l'on souhaite vraiment.

« Tout a été trop vite. On n'a pas eu le temps de réfléchir à quoique ce soit. Je ne voulais pas qu'elle souffre. Une vie qui s'efface en si peu de temps. » (F – IMG)

Un grand désarroi, une grande tristesse

Ce qui est fréquemment exprimé c'est un mal être, un mal de vivre, une tristesse récurrente, envahissante qui va en s'amplifiant associée parfois à des troubles physiques.

Pour les personnes qui viennent nous voir, l'événement et ce qui en découle, semblent omniprésents.

« Maintenant tout est gris, tout est lourd. » (H – IMG)

Des émotions qui submergent

En dehors de la tristesse, l'intensité des émotions est souvent très forte. D'une manière générale, la colère et la culpabilité sont souvent présentes dans le vécu de tout deuil mais elles sont parfois décuplées dans ces deuils anténataux. De même que l'injustice, la honte, la jalousie, la rancune, une fatigue intense.

La colère qui est souvent une projection à l'extérieur de soi de l'agression qu'on a subi et qui peut-être aussi une façon de reprendre le contrôle de sa vie est souvent mal vécue par les personnes qui se sentent dépassée par elle.

« Lorsque je vois une femme enceinte, je suis en colère contre elle : pourquoi elle et pas moi ? Et je suis en colère contre ce Dieu qui m'a mal servie. » (F – IMG)

L'ampleur et l'intensité du vide

Beaucoup de femmes nous font part d'un sentiment de vide intérieur très grand, vide insupportable. Elles qui étaient « habitées », rentrent chez elle le ventre vide, les mains vides. Un vide qui remplit tout parfois.

Le poids du silence social

Tout deuil est un chemin personnel et solitaire. Mais, dans un deuil, le rôle des rituels et de l'entourage, qui vont permettre que cela se sache, que la tristesse soit reconnue et acceptée, aident à la reconnaissance de la perte et au travail nécessaire qui va s'enclencher.

Leur détresse ne peut se dire car, il leur semble qu'elle n'est recevable par personne. Une des souffrances les plus vives de ces personnes est le non-événement que cette perte représente encore trop souvent pour l'entourage, qu'il soit médical ou familial.

« « Tu es vivante et tu as déjà deux enfants. De quoi te plains-tu ? » Mais moi je voulais une famille nombreuse et surtout je voulais cet enfant. » (F – IMG – Lymphome)

Les phrases maladroites

« Vous êtes jeunes, faites en vite un autre »

« Dans quelques mois ce ne sera plus qu'un mauvais souvenir »

« Heureusement, vous n'avez pas eu le temps de vous attacher »

« Il faut relativiser. Vous avez déjà de la chance d'avoir trois beaux enfants »

« Tu as eu raison de ne pas le garder. Cela aurait été un tel poids »

« C'est bien mieux pour vous qu'il soit mort, il aurait souffert toute sa vie »

Une estime de soi malmenée

Une grossesse interrompue semble ébranler souvent la femme de façon très profonde. Elles vont parler d'une perte d'une partie d'elle-même, d'échec, d'incompétence, de sentiment de dévalorisation. Cela va réveiller, voire décupler un manque de confiance en soi.

Les personnes rencontrées à AGAPA souffrent souvent d'une atteinte très forte de l'estime d'elles-mêmes.

« La perte de mon bébé, je la vis comme un échec. J'ai échoué, je n'ai pas su. La plupart des gens y arrivent mais pas moi. Cela accentue encore mon manque de confiance en moi. Depuis toute petite, j'ai peur de rater » (F – MFIU)

« Je suis de la génération, on veut, on a. Là c'est un échec. Pour moi c'est inacceptable » (F – 1FC)

Des pertes antérieures réactivées

La peur de l'oubli

« J'ai peur que les autres l'oublient. Personne ne m'en parle » (F – IMG – Lymphome)

« La mémoire que j'avais de son petit visage s'efface. Il m'arrive de ne plus penser à lui pendant une journée et cela m'effraie. Si moi sa mère je l'oublie, pour qui existera-t-il ? » (F – MFIU)

« Je vis avec ma souffrance, ma douleur. Si je me sépare d'elle, je me sépare de ma fille et je ne le veux pas. » (F – MFIU)

Beaucoup d'angoisse pour l'avenir

Angoisse que cela ne soit plus jamais possible, angoisse de la prochaine grossesse, angoisse de ce qu'on dira aux enfants suivants...

Le « décalage » homme-femme

Ce n'est pas un scoop : hommes et femmes sont différents et vont réagir de façon différente. Mais dans une situation de fragilité, cette différence va être parfois douloureuse à vivre et accentuer le sentiment de solitude.

« Il ne comprend pas. Pour lui, on n'avait pas le choix. On va « en remettre un en route ». Mais moi je me dis que si, on avait le choix et que même si on a un autre enfant, cela ne remplacera pas celui-là. » (F – IMG)

« Je voudrais dire à mon copain : je t'en veux de ne pas souffrir autant que moi. Je sais que c'est idiot. Mais j'en ai marre d'être la seule à pleurer et d'avoir l'impression que je suis la seule à aller mal. » (F – MFIU)

Autant d'éléments qui montrent l'importance que ces interruptions de grossesse ont dans la vie des hommes et des femmes qui y sont confrontées. Et donc également l'importance pour eux, d'être entourés, soutenus, non seulement au moment où cela leur arrive mais après l'hospitalisation.

Le deuil ante et périnatal :

Chaque histoire, bien sûr, est unique et rien ne peut être dit de façon simplificatrice. Toutefois, il est reconnu aujourd'hui que la perte d'un bébé en cours de grossesse ou à la naissance, ainsi que l'arrêt d'une grossesse, représentent un deuil très particulier dont on parle encore trop peu :

- * **Un deuil qui n'est pas toujours reconnu par l'entourage, ou par la société** et que les personnes traversent dans l'isolement et l'impossibilité d'en parler...exemples....
- * **Un deuil avec peu ou pas de matérialité**, peu de traces d'éléments concrets d'une existence ;
- * **C'est un deuil où l'ordre naturel des générations est inversé** ; celui qui n'est pas encore né part le premier
- * **Un deuil où l'on ne perd pas un passé commun mais un avenir possible** ;
- * **Un deuil où le statut donné à l'embryon ou au fœtus n'est pas le même pour les parents et l'Etat civil** ;
- * **Un deuil où l'estime de soi est malmenée**, entre autre dans l'IMG, où à la culpabilité s'ajoute la souffrance et la honte d'avoir fabriqué un enfant imparfait.

Un deuil spécifique donc, et qui nécessite un accompagnement spécifique.

Que propose Agapa ?

Nous proposons d'abord un accueil, une écoute.....la personne a d'abord besoin de dire, de « déverser » sa souffrance, sa colère, sa déception, sa culpabilité, ses pourquoi-moi.....nous sommes un lieu où l'on peut tout dire...où l'on a le droit de pleurer le temps qu'il faut.....l'on ne sera jamais jugé.....mais nous sommes également un lieu où l'on peut être aidé à se reconstruire...

Tout chemin de pacification chez les personnes que nous recevons nécessite du temps et un long chemin....

Raconter :

C'est pourquoi, AGAPA propose un accompagnement spécifique, bâti avec l'aide de psychiatres et lié à cette blessure particulière ; Cet accompagnement se décline en une vingtaine de rencontres, hebdomadaires, individuelles.

L'accompagnement proposé est fait de différentes étapes qui ne se réduisent pas à l'évènement pour lequel la personne est venue, mais qui conduisent à une prise en charge plus globale, tenant compte de son Histoire, de ses blessures antérieures, de l'estime qu'elle a d'elle-même, de ses relations avec son entourage....

C'est un chemin balisé mais que chaque accompagnante emprunte à sa manière. D'une semaine à l'autre, des pistes de réflexion sont proposées, et vont alimenter la rencontre suivante.....au rythme de la personnel'important étant d'offrir à la chacune la possibilité d'une rencontre avec elle-même.

1). Il s'agit d'abord de l'aider à revisiter son histoire personnelle et familiale pour lui permettre de mieux comprendre que ce qui lui arrive peut être intégré au reste de son histoire ; et peut-être de constater que sa souffrance actuelle réveille et réactive parfois des souffrances antérieures non exprimées. Nous l'aidons aussi à clarifier les notions souvent très embrouillées de honte et de culpabilité ;

2). Aller vers une meilleure connaissance et une plus juste estime de soi, en l'aidant à retrouver ce qui fait la richesse de sa personnalité.

3). Permettre un travail de deuil pour s'ouvrir davantage à la vie : temps important qui sera vécu sans contrainte, au rythme et à la façon qui convient à la personne....nous proposons et marchons avec elle.....ce travail réveillant parfois des deuils antérieurs non faits (exemples : maman des jumeaux). C'est un temps de reconstruction.

4). Un chemin vers le pardon : c'est encore une proposition ! Pardon à elle ? À ceux qui l'ont blessée ? À celui qui n'est pas né ? Réalisation que c'est un chemin !

5). Relation aux autres et relation à Dieu : (dans le respect des convictions de la personne)

6). Evaluation et perspectives.

Nous organisons également des groupes de parole et d'entraide, qui ont lieu mensuellement, plus spécialement pour les personnes ayant vécu une IMG ou une MFIU ou la mort du bébé à la naissance. Ce sont des rencontres actuellement très demandées, les personnes ayant besoin d'échanger avec d'autres ayant vécu un deuil semblable (exemple : Ania).

Et lorsque nous avons des appels de personnes éloignées, nous essayons de leur offrir un accompagnement téléphonique...

Et les café-rencontres...

Les accompagnantes :

Avant même de s'engager à Agapa, les personnes qui s'y investissent ont, la plupart du temps, une formation professionnelle ou un parcours personnel qui les a préparées à l'accompagnement (conseillère conjugale, assistante sociale, psychologue, sages-femmes...)

Elles reçoivent, en arrivant à Agapa, une formation initiale, spécifique, centrée sur l'écoute active et bienveillante et sur les étapes du deuil, et plus spécialement du deuil périnatal.

Cette formation démarre par une session d'une semaine, conciliant apports théoriques, échanges, exercices pratiques, travaux individuels ou en petits groupes....

La formation est dispensée pour une large part par une psychiatre et une psychologue, ainsi que par les écoutantes les plus anciennes.

Cette formation se poursuit par un travail d'approfondissement personnel sur 6 mois, puis la future accompagnante est stagiaire et effectue un ou plusieurs accompagnements en binôme avec une accompagnante plus ancienne.

En fin toutes les accompagnantes sont supervisées par un psychiatre ou une psychologue. Elles sont toutes bénévoles et adhèrent à un code de déontologie visant à assurer le respect le plus grand et l'entière liberté des personnes accueillies.

Nous recherchons des personnes qui se sentent intéressées par ce genre d'accompagnement (consulter notre site : www/agapa.fr ou prenez rendez-vous au 01 40 45 06 36).

Les fruits de cet accompagnement

Plutôt donc que de parler de guérison, nous évoquerons plutôt les fruits possibles de toutes ces rencontres où nous avons cheminé aux côtés d'une personne. Fruits qui sans nul doute nous dépassent et que nous ne verrons même pas toujours.

Toutes les histoires rencontrées montrent bien qu'un chemin singulier s'ouvre pour chacun et qu'il n'y a jamais de solution préétablie.

Les personnes accueillies sont acteurs d'un travail qui est :

- chemin de vérité : tout ce qui se fait dans le sens de nommer, donner une place à ce qui a été, apaise et rend plus libre.

- chemin d'autonomie : qui aide à se délier, à quitter les peurs et la culpabilité qui entravent, pour aller vers davantage de responsabilité.

- chemin vers davantage de cohérence lorsqu'il s'agit de se réapproprier son histoire de vie, de l'ordonner en quelque sorte.

- chemin vers une vie renouvelée où, sans gommer ce qui s'est passé, la personne peut porter un nouveau regard sur les événements, les gens, les relations, et où dans certains cas, elle va pouvoir accueillir à nouveau la vie en elle.

- chemin de pardon demandé et donné.

- chemin de découverte ou de retour vers Dieu parfois. Découverte d'une autre image de Dieu, qui se fait proche de chacun et nous montre son amour. (Exemple maman de jumeaux)

Sur un plan plus profond

Ce que nous proposons à AGAPA est un véritable appel à la vie et à la confiance. La démarche proposée permet, à travers la parole déposée, d'aller au-delà de la tristesse, du sentiment d'abandon ou d'inexistence. Un passage se fait pour traverser une expérience de mort, se délier de l'enfant non-né et tisser des liens plus symboliques.....souvent nous sommes témoins d'un chemin de résurrection, de vie renouvelée.

Et sur un plan plus spirituel, nous essayons de rejoindre l'attitude du Christ qui s'est toujours fait proche des personnes courbées, blessées, ou rejetées, dans un mouvement de vérité et de tendresse pour les aider à se relever.

Enfin permettez-moi de reprendre ce qu'a dit le Père Golfier, fondateur d'Agapa avec le Docteur Couvrat :

« Si le Christ a sauvé l'humanité toute entière, il a sauvé l'homme tout entier. Aucune guérison n'existera vraiment si tous les aspects de l'homme ne sont pas pris en compte.

**Un accueil humain, si chaleureux soit-il, ne suffit pas
Une attention uniquement psychologique ne satisfait pas
Une proposition seulement religieuse ne reposant pas sur les fondements réels de la
personne fragilise trop le retour à Dieu »**