



Interview Karine Goetgheluck

Aussi magnifique soit-elle, l'arrivée d'un bébé, avec tous les bouleversements qu'elle engage, peut fragiliser la santé mentale des femmes. C'est ce que rapporte une récente étude de Santé publique France, avec par exemple 16,7 % de femmes ayant présenté des symptômes suggérant une dépression post-partum. Et si un accompagnement périnatal – en complémentarité de la prise en charge médicale – pouvait pallier ce problème ? Le CeFAP, organisme

de formation spécialisé en périnatalité propose aux professionnels d'ajouter une corde essentielle à leur arc, afin de pouvoir apporter aux femmes et à la jeune cellule familiale une écoute sereine et attentive, autant dans les situations classiques que dans les cas délicats. Sa directrice, Karine Goetgheluck, a accepté d'éclairer pour nous certaines zones d'ombre de cette période de vie qui nous marque à jamais et dont les enjeux sont multiples, dans le but de favoriser une action préventive qui prenne soin autant des adultes que des enfants, et finalement de la société.

Quelles sont les difficultés que peuvent rencontrer une mère ou des parents durant la grossesse et la maternité ?

Merci de parler "des parents". L'une des difficultés, c'est la prise en compte de l'ensemble des personnes concernées. Sans minimiser ce qui se passe pour la mère, il serait opportun d'inclure le co-parent dans ce qui est proposé autour de l'arrivée de l'enfant. Ensuite, les difficultés sont surtout spécifiques à chacun. Une même information, ou événement, ne va pas impacter de manière identique les individus. Cela dépend de chacun dans ses expériences, ses ressources et son entourage. L'annonce d'une grossesse n'est pas forcément synonyme de joie. Certains parcours sont plus complexes, le moment ou le contexte familial prennent une part significative. Ils peuvent faire face à des décisions difficiles voire des drames. Chaque événement peut être associé à une difficulté ou au contraire à un vécu positif. Il est donc nécessaire de

questionner le(s) parent(s) sur ce qu'il(s) vi(ven)t, et leur/lui permettre d'accéder à des ressources fiables et compétentes pour pouvoir développer leur/son autonomie face à ces changements.

Que faudrait-il changer dans notre regard actuel sur l'accouchement ?

Petit clin d'œil de temporalité, l'accouchement est représenté comme une ligne d'arrivée, alors que c'est pratiquement le début de l'aventure bouleversante de l'arrivée de l'enfant ! C'est un moment fondateur avec une place importante dans le vécu et c'est un temps "réduit". L'accouchement se compte en heures, le chemin depuis le désir d'enfant en mois, la grossesse et enfin le retour à la maison ce sont des années. En France, nous avons beaucoup renforcé la prise en charge médicale au bénéfice de la santé de la mère et du bébé. À la base, l'accouchement est un acte physiologique. Cela ne veut pas dire facile ou inné, cela indique qu'il est utile de connaître les

éléments favorisant la mise en œuvre du "système" naturel et permettant à chacun de jouer un rôle actif pendant ces heures d'accouchement. Nous pouvons améliorer la transmission d'informations pour que les parents soient autonomes, décisionnaires et compétents. Dans le parcours, un travail en réseau/équipe, où chacun agirait dans son périmètre de compétence et en complémentarité, serait bénéfique aux parents comme aux professionnels.

Quelle aide concrète faudrait-il apporter aux personnes qui vivent l'aventure de l'attente, puis de l'accueil d'un bébé ?

Aventure, le mot est juste. Comme dans une expédition, la préparation va jouer un rôle déterminant même si cela ne se passe jamais complètement comme prévu. Cela participe à l'adaptabilité nécessaire car tellement de facteurs entrent en jeu, qu'il serait utopique d'imaginer les maîtriser tous. L'aide concrète serait l'accès à un accompagnement personnalisé, respectueux avec une personne compétente en complément d'un suivi médical qualitatif. Une personne-ressource, tout au long du chemin, pour exprimer ce qui plaît/inquiète/terrorise/rassure/interroge, et élaborer des solutions sur les aspects logistiques. Identifier les envies de ce couple, comprendre les besoins physiologiques de la mère pendant la grossesse, l'accouchement et au retour à la maison, ceux du co-parent et compléter par ceux du nouveau-né... Si chacun accède à ces informations de manière fiable et objective, je fais confiance à ces/cette personne(s) pour traverser sereinement cette incroyable aventure.

Pourquoi l'allaitement est-il un sujet aussi délicat ?

Il y a l'axe de l'apprentissage où on ne voit peu/pas les femmes allaiter en France alors que nous apprenons principalement par mimétisme. Il y a ensuite l'évolution des approches, tour à tour "pro" ou "anti". Ainsi on s'est éloigné de la fonction initiale qui est de nourrir un bébé. C'est venu se télescoper avec des enjeux de société (aussi de lobby, mais c'est un autre sujet). Des débats furent engagés mêlant psychanalyse, philosophie, approche socioculturelle... entre l'image de soi, l'indépendance, l'individualité et tant d'autres. Enfin, sans tabou, il y a la sexualisation du corps de la femme qui, encore une fois, interfère de manière abrupte dans un espace qui devrait être préservé et protégé. Il s'agit d'une très belle fonctionnalité de notre corps de mammifère pour nourrir qualitativement notre enfant, et j'ose ajouter avec des atouts majeurs qui résonnent à l'aune de l'actualité car cela bénéficie au pouvoir d'achat (gratuité et disponibilité), c'est écologique (pas besoin de produire, transformer, emballer, ni de matériel comme biberon, tétine, etc.). Je prends la précaution de dire que cela ne s'impose pas. Le choix d'allaiter ou non appartient au couple et, in fine, à la mère. Il serait tellement utile de former l'ensemble des acteurs de la périnatalité sur l'allaitement. Que les couples, les femmes ayant un projet d'allaitement puissent bénéficier d'un soutien qualitatif pour favoriser la mise en place et intervenir en cas de difficultés ponctuelles. ≈