



Centre ESTA

## CONSTRUCTION DE SOI ET MATERNITE

### LE CONTEXTE

Du projet d'enfant aux premiers mois de vie du bébé, les mères traversent une période de fragilisation. Au-delà de la réalité biologique et juridique, le processus de maternalité, par lequel une femme devient mère, implique de profonds réaménagements psychiques. Certains auteurs vont jusqu'à parler de crise identitaire, tant les rapports entretenus à soi-même et aux autres (au sein du couple et dans la lignée générationnelle notamment) sont remis en jeu. Au cours de la grossesse, la mère développe une hypersensibilité qui lui permettra de s'ajuster au mieux aux besoins du bébé mais qui la rend également vulnérable.

Dans de nombreuses cultures, les anthropologues ont constaté combien des rites traditionnels étayent ce processus de maternalité. En occident, la disparition des rites autour de la naissance, la dispersion géographique des familles, l'allongement des carrières des grands-parents affaiblissent le soutien groupal autour de la mère. De nombreuses femmes expriment ainsi leur vécu d'isolement, tout particulièrement après la naissance.

Dans un monde social dominé par la représentation d'une période périnatale idéalisée et synonyme de plénitude, les difficultés des mères sont souvent tues car vécues sur le mode de la honte ou de la culpabilité. Ainsi dissimulées, les inquiétudes, les ambivalences, les doutes des mères, ne trouvent pas leur voie d'expression et de traitement. Le développement de communautés sur internet où de jeunes mères partagent, de manière anonyme, les difficultés qu'elles rencontrent dans la période périnatale, témoigne des tabous qui peuvent entraver la traversée de l'événement que constitue l'arrivée d'un enfant.

### LE PUBLIC

Femmes enceintes et jeunes mères.

### LA DEMARCHE

Les participantes sont invitées à s'installer dans un cadre sécurisé pour penser la traversée de l'événement que constitue l'arrivée d'un enfant, temps complexe de déconstructions et d'émergences nouvelles.

Elles bénéficient de l'étayage du groupe de femmes qui se construit au fil des séances. Le collectif devient un espace ressource pour se disposer singulièrement avant, pendant et après la naissance et se préparer subjectivement à l'accueil du bébé.

### LE DISPOSITIF

- Groupe de 8 femmes maximum.
- *Slow-open group* : de nouvelles participantes inscrites peuvent rejoindre le groupe lorsque des places se libèrent.
- Entretien individuel préalable à l'inscription.
- 1 séance par mois d'une durée de 3h.
- Co-animation : binôme psychologue/psychosociologue.
- Tarif : 60€ la séance.
- Lieu : 41, rue Saint-Jean, 33800 Bordeaux.
- Contact : [sophie.goutte@centre-esta.fr](mailto:sophie.goutte@centre-esta.fr) / 06 52 48 96 01.