



## «Fragilité durant la grossesse : quand la sensibilité devient un atout»

Toute l'équipe du Centre médical L'Élan  
vous souhaite une excellente année 2015!!

Si la grossesse est un phénomène universel et statistiquement « courant » (*en moyenne : moins de deux fois dans la vie d'une femme en Occident*), elle n'en demeure pas moins une véritable « étape » dans la vie d'une femme et d'un couple, impliquant des réaménagements tant sociaux que intra-psychiques.

Ceci est dû non seulement à l'impact hormonal de la grossesse mais aussi aux changements physiques, morphologiques, existentiels de la grossesse et de l'anticipation du rôle de « parent » qui en découle.

### Etre enceinte, c'est être fragile ?

La grossesse s'accompagne souvent d'une « vulnérabilité psychique » à ne pas confondre avec « fragilité psychique ». On parle de vulnérabilité car la femme enceinte est aux prises avec une sensibilité exacerbée à tous niveaux sensoriels : **les odeurs**, fréquemment, mais aussi une **hyper-sensibilité affective** qui confine parfois à la susceptibilité ou à une empathie débordante (ex : pleurer devant un reportage sur la famine,...) : en soi toutes les situations où la future mère va se projeter massivement en tant qu'être double (femme et mère).

### Quand la sensibilité est un atout...

Parfois handicapante, cette **hyper-sensibilité** ou **vulnérabilité** est également un immense atout ! En effet, mobilisée par un foisonnement de questionnements sur le « devenir mère », la future maman va pouvoir s'appuyer sur son hyper-sensibilité afin de construire son « nid » pour son futur bébé. L'enjeu pour la femme enceinte (bien accueillir son enfant) et le repositionnement familial et social qui découlent de l'état de grossesse (devenir mère tout en restant fille de...) la motiveront d'autant mieux à se construire et à se situer.

### Et les futurs pères dans tout ça ?

Il en va de même pour les futurs pères qui, parfois, ne trouvent leur place que lorsque l'enfant est né, « exclus » en quelque sorte du processus bien que pleinement concernés, eux aussi, par les repositionnements sociaux ainsi que par les doutes et questionnements inhérents à leur statut de « père en devenir ». La grossesse de leur compagne constitue, en effet, une période charnière de leur vie d'homme et de leur couple.



## «Fragilité durant la grossesse : quand la sensibilité devient un atout»

### Devenir parents, une crise identitaire?

Ces réaménagements intra-psychiques et sociaux s'apparentent à un processus de développement identitaire, un peu comme à l'adolescence, au cours duquel on réaménage son positionnement existentiel en passant par des «crises maturatives» plus ou moins marquantes. Ce processus d'identité en devenir est appelé «la **parentogenèse**», que l'on distingue en «**maternogenèse**» et «**paternogenèse**», concernant, donc, les deux futurs parents mais un peu différemment. La «maternogenèse» s'appuie sur les stades de la grossesse tandis que la «paternogenèse», qui ne peut se soutenir d'aucun repère physiologique, prend appui sur des étapes symboliques dont le syndrome de «la couvade» est une illustration ;-)

### T'es enceinte, t'es pas malade !... Pourquoi consulter ?

Souvent, ces réaménagements identitaires aboutiront spontanément à un équilibre après la naissance de l'enfant attendu. Rarement, ils feront symptômes de troubles plus sévères tels que la dépression pré-natale par exemple, qui touche hommes et femmes.

Lorsque ces réaménagements identitaires sont marqués par des moments trop intenses qui mettent en difficulté le(s) futur(s) parent(s), **une consultation pré-natale**, individuelle ou de couple, peut être envisagée.

### Attendre un enfant, c'est aussi se questionner

Mais, même quand grossesse rime avec bien-être, des questions subsistent souvent. Car, devenir parent(s), c'est le début de nombreuses interrogations.

- Des *questions sur les repositionnements évoqués*, qui peuvent trouver réponse à l'occasion d'une **séance d'information** à ce sujet.
- Des *questions existentielles et des réflexions* qui trouveront un terrain pour se développer à l'occasion d'une **animation de groupe** ensuite éventuellement.

Tous *ces temps* sont à entendre comme des « outils » proposés par le centre et destinés aux futurs parents... qui pourront en user sans modération! :-)

*Les soirées d'information sur les réaménagements liés à la grossesse, seront animées par **Christine Henderickx**, psychologue au centre L'Elan.*

*... Car normalité ne rime pas nécessairement avec évidence et parce que, devenir parent, cela débute dès la grossesse!*

### **Première soirée d'information sur les réaménagements liés à la grossesse | le mercredi 25.02.2015 à 20h**



> Lieu: 40 rue de l'Elan, 1170 Bruxelles  
Inscription obligatoire par email : [info@lelan.be](mailto:info@lelan.be)