

Mal de mère, dix femmes racontent le regret d'être mère est un essai de Stéphanie Thomas édité par les éditions Jean-Claude Lattès en 2021.

Stéphanie Thomas a décidé d'écrire cet essai après la sortie de l'étude de la sociologue israélienne Ornath Donath ***Le Regret d'être mère*** sorti en 2019 chez Odile Jacob. Ce livre avait fait grand bruit à sa sortie en 2015 et particulièrement en Allemagne où il avait été traduit. En France il est passé assez inaperçu c'est pour cela que Stéphanie Thomas a décidé de rebondir et à son tour de mener une étude auprès de 10 femmes et de raconter leur parcours.

Bien sûr le contexte est différent en Israël ou l'étude de Orna Donath a été menée, un pays où la religion dicte encore chaque acte de la vie quotidienne, et la France.

Écrire sur le regret d'être mère, c'est écrire sur l'ultime tabou, sur l'indicible, l'innommable. La maternité, normalement associée à un panel d'émotions positives le bonheur d'annoncer sa grossesse les larmes de joie à la naissance c'est le plus beau jour de ma vie la fierté de voir son enfant grandir . associer le regret et la maternité semble paradoxal, contre nature.

Dans cet essai, Stéphanie Thomas a pris comme point de départ l'histoire de sa grand-mère mémé Vonne, la mère de son père. Elle a essayé de comprendre le rapport à la maternité de cette mémé Vonne.

Dans l'étude d'Orna Donath, les femmes regrettent d'avoir eu des enfants parce qu'elles ont compris seulement après coup que la maternité ne leur était pas destinée. Certaines femmes estiment que cette responsabilité est trop lourde à porter. Pourtant ces femmes aiment leurs enfants. Cette prise de conscience peut survenir à tout moment pendant la grossesse ou après la naissance du premier, du deuxième ou du 3e enfant. Toutes ces femmes ne voulaient pas forcément devenir mère mais elles ont été soumises à des pressions venant de leur partenaire ou de leur famille ou de la société tout entière.

Dans cette étude, les femmes ne regrettent pas leurs enfants mais l'institution de la maternité qu'elles perçoivent comme un frein à leur temps, leur liberté et leur autonomie.

Encore aujourd'hui nous vivons dans un monde où la maternité relève de l'ordre naturel point on considère que donner la vie et le but existentiel de chaque femme. La maternité et la fin en soi de la féminité.

C'est pourquoi témoigner du regret de la maternité vient casser ce mythe.

L'idée de regret maternel remet en question l'hypothèse selon laquelle le bonheur de la maternité et devrait être automatique, annihilant toute autre préoccupation ou désir.

Si l'étude ***Le regret d'être mère*** a eu un fort retentissement en Allemagne, c'est parce que la société allemande s'est longtemps fondée sur les trois K : Kinder kûche, kirche qui évoque la représentation des valeurs de la famille traditionnelle. En Allemagne, les femmes qui travaillent et laissent l'éducation de leur enfant à d'autres sont considérées comme des mères abandonniques. En Allemagne, le manque de mode de garde pour les enfants et le fait que il n'y ait pas d'école maternelle fait que les femmes qui veulent faire des carrières

professionnelles ne font pas d'enfants.

Pourtant l'Allemagne a souvent été précurseur en matière d'aide sociale point un congé maternité a été institué de 1878 ainsi qu'une assurance des allocations en 1883 point cette législation a servi de modèle aux autres pays européens

En France, faire garder son enfant en bas âge est une tradition depuis le 18e siècle. A cette époque, il était établi que le mari était plus important que le nouveau-né. le message de la société était : ne nourrissez pas votre enfant sinon votre mari vous sera infidèle. Au début, seule l'aristocratie faisait appel à des nourrices. Ensuite c'est devenu un phénomène de masse. c'est ainsi que les femmes ont pu continuer à travailler à l'inverse de l'Italie l'Allemagne l'Espagne la Grèce le Portugal ou la société juge avec sévérité celle qui ne veut pas arrêter de travailler pour garder leurs enfants

Aujourd'hui l'Hexagone est en tête des taux de fécondité européen avec 1,86 enfants par femme. En 2015, l'État français consacre l'équivalent de 3,7 % du PIB aux politiques familiales, contre 2,8 % en moyenne dans l'Union européenne.

Néanmoins, le regret d'être mère existe en France aussi. et c'est à travers le portrait de ses 10 femmes que Stéphanie Thomas va tenter de nous faire comprendre le phénomène .

Dans le premier chapitre du livre, l'autrice nous fait le portrait de mémé Yvonne ainsi qu'un historique de la maternité en France.

Au 18e siècle, les enfants conçus hors mariage étaient déposés dans des petites tourniquets scellés dans les murs des établissements religieux. Les expressions fille mère et enfant naturel datent du 18e siècle. Un siècle plus tard, appuyé par le poids moral de l'église et le Code civil de 1804 une loi est votée pour protéger les hommes empêcher toute recherche de paternité et préserver l'héritage des enfants légitimes.

La société a mis beaucoup de temps à intégrer la possibilité qu'une femme puisse passer d'un homme dans sa vie point pourtant en 1912 une loi permet aux mères célibataires de contraindre le père à reconnaître sa paternité. les mères célibataires passées de femmes fautives à mère courage.

La Grande Guerre a marqué le début de la nationalisation des ventres des femmes pour la Patrie. Au début des années 1920, La chambre bleue horizon promulgua des lois interdisant toute information relative à la contraception. l'objectif des députés était d'interdire toute forme d'information sexuelle. Sous le régime de Vichy, Pétain, ce vieil homme sans enfant imposé aux femmes de procréer. les femmes travaillaient à la place des hommes qui étaient partis au front, mais leur seul rôle reconnu, qui ne leur serait pas repris par les hommes de retour du front, était celui d'enfanter.

L'injonction de procréer s'impose, balayant toute possibilité d'aspiration autre point la radio diffuse des slogans moralisateurs et dans les rues on lit des affiches : "une femme coquette et sans enfants n'a pas de place dans la cité". La contraception est considérée comme un crime lésant l'état. En mai 1941, maréchal Pétain s'adresse aux femmes ; « mères de tous les pays de France, votre tâche est la plus rude, mais elle est aussi la plus belle. ». Et dans la

foulée, la fête des mères devient obligatoire.

Aujourd'hui, l'enfant reste un vrai projet personnel. La place centrale accordée à l'enfant induit une grande attention portée à tout ce qui entoure la maternité. à la ligne la plupart des femmes qui témoignent dans ce livre on racontait que leur famille, conjoint, ami leur avait mis une pression insidieuse au sujet de l'enfant à venir.

La première femme qui ouvre l'ouvrage, Élise dit qu'elle ne veut pas d'enfant. Mais arrivée à la trentaine la question est sur toutes les lèvres : "alors vous vous y mettez quand ?" Cette question s'ébranle. Elle ne veut pas d'enfant. sa vie est comblée, elle se demande : " si j'en faisais un enfant dans la peur de regretter de ne pas en avoir eu, et que je regrettais cet enfant-là ?"

C'est l'incrédulité dans le regard des autres : comment une femme peut-elle ne pas vouloir d'enfant ?

Pour beaucoup, une femme sans enfant n'est pas une femme. or pour Élise, c'est l'un ou l'autre. être soi ou être mère

Stéphanie Thomas nous dit : "l'expérience de la maternité ne s'anticipe pas. au-delà de l'intuition, aucune femme ne peut savoir la mère qu'elle sera, au même titre que l'enfant qu'elle engendrera (page 50)

Pourtant pendant la rédaction de son livre Stéphanie Thomas reçoit une lettre d'Élise lui annonçant qu'elle est enceinte. Elle a donc préféré prendre le risque de regretter d'avoir un enfant que de ne pas en avoir du tout. (page 52)

Les injonctions de la société obligent les femmes à procréer pour la survie de l'espèce, donner un sens à leur vie, leur faisant croire qu'une fois mère elles seront de vraies femmes prises au sérieux.

Suis le témoignage de Coline. Elle nous dit « j'approche de la quarantaine, tout le monde avait des enfants autour de moi. j'étais la dernière de la bande. mon frère, que ma mère a toujours aimé plus que moi, un avait déjà deux et afficher avec sa femme un bonheur irritant. j'étais la loose de service aux yeux des miens. celle qu'on regardait en se disant deux points « mais quand se responsabilisera-t-elle ? Que fait-elle, à passer à côté de sa vie ? » j'ai décidé de faire un enfant par pur défi. (page 58)

« Alors que j'approchais de mon 42e anniversaire, une copine gynéco m'a dit vas-y, fais un enfant, c'est le moment. il s'est avéré que j'étais très fertile. j'ai donc arrêté la pilule sans le dire à mon compagnon. financièrement, je pouvais assumer. j'avais peur de l'horloge biologique. et voilà que je tombe enceinte au bout d'une semaine.»

Ensuite, Coline ne sait plus si elle veut de cet enfant ou pas. Elle a pensé avorter 4 fois.

Au bout de 2 mois et demi de réflexion, Coline se décide à avorter. Mais le délai pour pratiquer une IVG en France - 12 semaines de grossesse - était dépassé. Sans hésiter elle prend rendez-vous en Belgique. là-bas on peut avorter jusqu'à 14 semaines. Finalement elle n'est jamais arrivée en Belgique.

Elle part s'installer avec son ami. L'accouchement s'est bien passé et elle nous dit « à

l'instant où je l'ai tenu dans mes bras, j'ai su que je regrettais. mais c'était trop tard. »

“Le regret éprouvé m'a fait me souvenir de mon enfance et de ma mère. (suite page 62).

Coline est en garde alternée. « Dès le dimanche, quand je sais que mon fils revient le lendemain, j'ai des crises d'angoisse. je sais qu'une semaine s'annonce ou je ne pourrai rien faire. tout est trop compliqué. un enfant, c'est un tyran. (...) J'anticipe tout point j'ai toujours plusieurs coups d'avance. c'est épuisant point et puis ce que je supporte encore moins ce sont ses injonctions à la bienveillance que l'on peut lire dans tous les manuels sur la maternité. (...) Je regrette tellement d'avoir fait cet enfant . je l'aime. Le premier qui lui fait du mal, je le tue, mais je regrette si violemment ma vie d'avant. et cette responsabilité de chaque instant, cette peur qui me tenaille inlassablement. »

Élise et Coline se sont interrogés sur leur désir d'enfants, ils ont eu recours à la pilule contraceptive et à l'avortement, deux avancées sociales qui ont permis au maire de maîtriser la procréation. Désormais on dit aux femmes devenues mère tu l'as voulu tu assumes et tu assures. Le regret est d'autant moins audible. les mères s'imposent une pression extrême pour répondre aux attentes sociétales. et quand l'enfant est là, elle s'imagine et qu'elle n'ont pas d'autre choix que de devenir une mère parfaite. il y a 100 ans, du temps de nos grands-parents encore, on faisait des enfants, ils grandissaient cahin-caha, la pression était moins forte et surtout sans image de famille idéale.

Bien des femmes vivent leur maternité comme un douloureux tiraillement, écartelées entre le désir de « bien faire » pour leur enfant et leur désir personnel. écartelé entre l'individu égoïste et le mythe de la mère parfaite qui se donne corps et âme à son petit point voir à ses petits points l'enfant pour elle n'est pas la source d'épanouissement escompté et devient un obstacle alors développement personnel. elle n'arrive pas à concilier les deux. dans l'imaginaire collectif la fonction parentale oblige le don de soi, une forme d'abnégation totale. (page 87). il existe une haute idée des responsabilités maternelles qui effacerait finalement les plaisirs et les bénéfices que l'on peut y puiser.

Dans un autre témoignage Clara confie qu'elle aurait dû se poser la question de son désir d'enfant avant d'en avoir. Clara a été conditionnée à être une bonne mère avant l'heure. Elle s'est beaucoup occupée de ses frère et sœur. À 10 ans, Clara a pris en main la maison son organisation les courses les repas le soin des deux plus jeunes et surtout le bien-être de sa mère. Clara pense avoir fait des enfants sans réfléchir parce qu'elle vient d'une famille nombreuse et qu'elle ne se voyait pas vivre autrement point aujourd'hui elle se sent piégé dans son rôle. Elle ouvrait les guillemets se sent étouffé se noyer fondre disparaître s'effondrer se disloquer grignoter au fil des ans point elle a sacrifié la personne qu'elle aurait pu être au rôle de mère et d'épouse. elle n'a pris le temps de rien.(page 91)

lire la suite...puis lire page 93.

Les petites filles seraient donc formatées à faire des enfants ?

Au début du 19e siècle, les poupées avaient l'apparence de jeunes femmes élégantes comme pour donner aux fillettes l'envie de grandir et de séduire point puis en 1850, les fabricants de jouets créent des poupées asexuées le succès est immédiat, la petite fille joue à la maman. La poupée valorise les jeux de rôle et reste toujours liés à l'apprentissage des

conduites féminines stéréotypées, couture, ménage, cuisine. l'enfant joue le rôle de la mère ou de toute autre personne qui s'occupe de l'enfant.

Qu'en est-il de l'instinct maternel ?

Les femmes rencontrées à l'occasion de ce livre ont pratiquement toutes dit qu'elles n'ont rien senti quand on leur a posé leur bébé sur le ventre juste après la délivrance. Pourtant rien de surprenant tant le travail au moment de l'accouchement est épuisant. pourtant la première chose qui leur vient à l'esprit et ceci est plus rare c'est qu'elles ont su instantanément dans leur peau a été mise au contact de la peau de leur nourrisson, qu'elle regrettait cet enfant. le lien avec un enfant ne se fait pas automatiquement L'attachement maternel a été institutionnalisé devenant parfois source désespoir et de culpabilité pour celles qui ne ressentent rien au moment de l'accouchement et bien au-delà.

Quant à l'instinct maternel qui implique que toute mère en soit doté, c'est un sentiment qui se construit au jour le jour. il n'est certainement pas inscrit dans les gènes. il est le fruit de l'histoire de chaque femme.(page 97)

Dans son témoignage Julia nous dit : lire page 102

De l'allaitement pour éveiller l'instinct maternel ?

70 % des mères en France choisissent d'allaiter immédiatement après la naissance de leur nourrisson. elles ne sont plus que 5 % au bout d'un an. Un tournant c'est opéré à la fin des années 1990 quand Bernard Kouchner à l'époque ministre de la Santé a signé un décret interdisant la distribution gratuite de lait en poudre dans les maternités les femmes allaient passer du choix à une obligation point on ne pouvait pas mieux s'y prendre pour faire la promotion de l'allaitement maternel un pouvoir exercer sur les femmes pour le bien de l'enfant peut-être mais au détriment de la mère c'est certain point comme Rousseau en son temps, on veut encourager les femmes à renouer avec la nature. Aujourd'hui on s'en remet à notre bonne vieille mère nature et la pression est grande quand il s'agit de vouloir contrôler le corps des femmes et leur choix point tout ceci au nom de l'instinct maternel. il est inconcevable d'imposer encore une fois un modèle unique. chacune doit pouvoir exercer des choix différents sans être jugé et sans devoir se justifier. Le discours d'après-guerre, qui a incité l'ensemble des femmes à ne pas allaiter, n'est pas plus souhaitable. s'il est bien domaine ou la pression sociale et puissante, c'est l'allaitement point et ça marche.

Le regret d'être mère serait-il héréditaire ?

Sylvie nous raconte avoir eu une mère défaillante. et sa propre mère regretter son rôle de mère point à son tour Sylvie regrette d'être mère point le regret de maternité serait-il héréditaire. peut-on dire que les femmes qui ont eu des carences affectives précoces seront à leur tour des mères défaillantes, ou mise en difficulté, ou regrettante également pendant la grossesse ou les années suivantes ?

Ne pas confondre baby blues, dépression post-partum et regret maternel point seul le dernier et irréversible.

Le Baby-blues : chez certaines femmes la rencontre avec leurs enfants ne peut pas se faire

tout de suite. Mais quelques jours plus tard, après la chute des hormones. et là tout rentre dans l'ordre et commence alors la relation mère-enfant.

Mais le regret d'être mère est quelque chose de profond et douloureux qui n'est pas un simple baby blues. Chez ces mères qui regrettent, la relation mère enfant ne se fait pas. Si elle pouvait revenir en arrière, elle ne ferait pas d'enfant. La souffrance de ces femmes est immense. Luna nous dit : " je n'arrivais pas à créer de lien. j'étais là point j'avais l'impression de faire ce qu'il fallait. je ne suis pas tactile, je ne suis pas méchante point seulement je ne suis pas bisous bisous. j'avais l'impression d'être une bonne mère. j'ai adoré m'occuper d'elle. je n'avais aucun problème avec le rythme que ce petit bébé m'imposait. mais cette petite fille venait heurter quelque chose en moi, de l'ordre de l'intime. Elle est venue briser l'identité que je m'étais construite pendant 24 ans. je n'avais pas prévu l'effondrement identitaire avec la naissance de l'enfant.(...) C'est elle moi. je vais crever point je ne suis pas bien du tout. il faut que ça cesse. c'était soit je l'étouffe, soit je vais voir un psy "

On a tellement seriné au maire que l'arrivée de l'enfant était un événement merveilleux que quand elle ne partage pas cette enthousiasme, elle s'en inquiète, culpabilise sans pouvoir en parler, honteuse.

Le baby blues touche 50 à 80 % des femmes qui viennent d'accoucher, 3 jours en moyenne après la naissance. Cet orage hormonal émotionnel et existentiel, est déclenché par la fatigue, la chute des progestatifs - hormone de la grossesse - et un bouleversement psychologique. au-delà de 10 jours de baby blues, on parle plutôt de dépression post-natale précoce, ressenti par 15 % des nouvelles mères dans l'année qui suit.

Chaque année des centaines de femmes souffrent de bouffées délirantes pendant quelques jours ou quelques semaines après la naissance de leur enfant. des mères ont des hallucinations auditives, en temps de les pleurs de leur bébé avant qu'il ne se réveille, certaines imagine qu'elle pourrait lire dans les pensées des autres, pense que leur bébé est mort ou qu'on leur dit qu'il a été changé la maternité et cetera dans les cas les plus extrêmes, le délire peut aboutir à un infanticide ou un suicide. ces femmes sont souvent incapables de se confier à leur entourage. Ce genre de délire est la manifestation la plus spectaculaire de ce que l'on appelle la psychose du post-partum, un syndrome souvent méconnu du grand public. Près de deux femmes sur 1000 sont concernés par cette vision aiguë terrible et mal connue de la déprime post-natale. ces femmes sont pétri d'angoisse et de culpabilité car elle n'arrive pas à symboliser l'accouchement et se sentent incapable de s'occuper correctement de leur bébé.

En revanche, le regret de maternité est un sentiment incomparable avec la dépression post-partum et le baby blues qui sont temporaires dans la vie d'une mère et que l'on peut soigner. Le regret de maternité relève de l'indicible et de l'inavouable dans une société où ce sentiment va à l'encontre des fondements de l'organisation des sociétés humaines.

À la maîtrise de la contraception ont succédé des responsabilités, des devoirs. l'enfant qui représente une source incontestable d'épanouissement pour les unes peut se révéler source de regret pour les autres. rares sont les femmes ou les couples qui au moment de prendre la décision de faire un enfant ce livre avec lucidité au calcul des plaisirs et des peines, des bénéfiques et des sacrifices point la maternité est toujours baignée d'un halo de bonheur qui cache la réalité.

Stéphanie Thomas nous dit : “ les mères que j'ai rencontrées m'ont toutes dit la même chose si seulement je pouvais tout effacer. « Je voudrais partir sans me retourner.” ou encore : “Je rêve qu'ils ne sont plus là.”

Pourtant quand tu es mère, tu ne peux pas abandonner ta famille ou tu subiras l' opprobre jusqu'à la fin de tes jours. “ il y a tant d'hommes qui ne s'embarrassent pas de ce genre de culpabilité et qui poursuivent leur carrière en comptant sur le dévouement tout naturel de la mère de famille ou qui quitte radicalement le foyer familial” constate Sylvie.