



NAITRE ET VIVRE

Association pour l'étude et la prévention de la mort inattendue du nourrisson, l'accompagnement des parents en deuil d'un tout-petit, le soutien à la recherche médicale

5 rue La Pérouse – 75116 PARIS

Tél. 01 47 23 05 08 – Mail : contact@naitre-et-vivre.org - www.naitre-et-vivre.org

Association reconnue d'utilité publique – loi 1901

Malo, le petit garçon d'Elsa Foucher est décédé à l'âge de 18 mois. Elsa témoigne dans le texte ci-dessous des apports bénéfiques de sa participation à des groupes de soutien.

Participer à un groupe de soutien

Il y a six ans maintenant, nous franchissons la porte de l'association Naitre et Vivre.

Vivre, continuer à vivre, malgré le tsunami qu'avait provoqué le décès de notre premier enfant. Mais comment y arriver ?

Quelques mois seulement après sa mort brutale, le besoin, la nécessité d'appartenir à des gens qui vivaient ce que nous vivions était indispensable selon moi à notre reconstruction.

Nous nous sentions en décalage avec notre entourage et dans le monde dans lequel nous vivions. Nous avions besoin de rencontrer d'autres parents qui avaient comme nous perdu un enfant de la Mort Inattendue du Nourrisson.

Nous avions le sentiment qu'avec eux nous parlions le même langage. Les mots des autres venaient définir nos émotions, nos manques, nos réactions. Ces rencontres permettaient de nous rassurer, de nous apaiser, de pleurer, et de nous exprimer nous aussi petit à petit à notre tour. Dans cet espace nous pouvions enfin parler de lui, de cet enfant qui nous manquait.

Aujourd'hui, six ans après, je mesure ce qu'a été pour nous ces groupes de soutien durant les premières années de vie sans lui. Tous ces parents plus ou moins distanciés de la date de la mort de leurs enfants décédés dans des circonstances différentes nous ont permis de réintégrer un groupe d'appartenance.

Par la perte de notre enfant nous perdions aussi une forme d'identité et d'identité sociale.

Se sentir de nouveau semblables parmi d'autres nous permettait de rompre l'isolement, la solitude. Par leur intermédiaire nous retrouvions des repères. Un même langage, de mêmes émotions, doutes, peurs, questionnements...

Et en même temps, par moment nos histoires, nos réactions, nos doutes, nos émotions, nos peurs étaient différentes. Ce qui permettait, selon moi, de regarder ce que nous avons vécu différemment et de nous décaler de notre propre histoire pour continuer à avancer.

A partir de ces groupes de soutien, j'ai pu m'investir progressivement dans l'association. Je transformerai ainsi ma douleur, ma colère, le manque en actions concrètes militantes. A mon tour j'ai participé pendant quelques temps au soutien d'autres parents. Par ce biais, j'ai pu reprendre confiance en moi, en mes capacités et mes compétences.

Il y a quelques jours, l'inquiétude liée à la forte fièvre de notre second enfant me replongeait de nouveau dans ce sentiment d'extrême solitude. Comme si personne ne pouvait comprendre mes émotions et mes réactions. Non, nous ne sommes plus tout à fait des parents comme tout le monde. Et même si la plupart des parents s'inquiètent pour leurs enfants, le vécu de la perte d'un d'entre eux vient rendre concrètement possible dans nos têtes ces peurs.

De nouveau, six ans après, ce sentiment d'extrême solitude, vient me rappeler que le soutien de ces groupes est possible.