

## L'accouchement

Il existe bien des façons d'accoucher et, même si la pratique courante est aujourd'hui de le faire à l'hôpital, dis-toi qu'elle n'a même pas un siècle sur l'ensemble du pays ! Le début de ce changement d'usage remonte à 1952 ! Et aujourd'hui, on revient même aux habitudes d'autrefois.

« Y a plusieurs choix possibles ? Un peu comme des options sur une voiture ? » Du calme, Jean-Mimi : là, on ne parle pas de jantes alu ou de siège chauffant ! En revanche, petit conseil : vérifie si l'option climatisation est disponible dans les chambres de la maternité !

On peut déjà séparer les façons d'accoucher en deux catégories :

### L'accouchement par voie basse

C'est la naissance du bébé par les voies naturelles, c'est-à-dire à travers le bassin. Cela peut se faire à l'hôpital, à la maison (accouchement à domicile ou AAD), ou encore avec la sage-femme qui a suivi toute la grossesse (accouchement en plateau technique ou APT). Mais il faudrait un livre entier pour parler de toutes les possibilités ! Sur ce sujet, il va falloir vous renseigner ensemble.

### L'accouchement par césarienne

À ne pas négliger car cela représente environ 20 % des accouchements en France. Différentes raisons peuvent mener à une césarienne, qui reste un moment traumatisant pour la mère. Là aussi, ton rôle d'accompagnement et de soutien total est important !

Mais alors,  
c'est quoi  
« le mieux » ?



Le mieux c'est... ce que vous choisirez ! Tu découvriras qu'en parentalité, dès cette préparation à la naissance, « le mieux » n'existe pas. Il y a vous, vos choix et la façon dont vous les vivez. En gardant à l'esprit deux choses : on peut se tromper, et cela ne se passe jamais exactement comme prévu !

Oui mais...

## *Certains choix appartiennent à la mère*

Évidemment, côté technique et accompagnement pratique, ton implication émotionnelle et ton soutien permanent envers la mère sont incontournables. Mais selon les situations, cela diffère grandement. Par exemple, sur la question de la péridurale... il faut juste se taire et laisser décider la mère ! C'est son corps, donc c'est son choix. Bien entendu, tu peux exprimer ton opinion à ce sujet, mais ton rôle est avant tout d'écouter, de comprendre et de la soutenir quelle que soit sa décision.

## **Où accoucher ?**

Le choix de la maternité est un choix important dans lequel de multiples facteurs peuvent entrer en ligne de compte (nous en détaillerons certains plus tard) : distance du domicile, possibilité de dormir sur place, accompagnement à l'allaitement...

Tu as peut-être déjà entendu parler de niveaux de maternité. Ce classement ne repose pas sur des critères de qualité, mais sur les soins apportés au bébé. Les établissements de niveau 1 accueillent les futures mamans dont l'accouchement ne présente *a priori* aucun risque. Ceux de niveau 2 peuvent accueillir des enfants prématurés, mais pas de prise en charge lourde. Et enfin les établissements de niveau 3 sont spécialisés dans le suivi des grossesses pathologiques ou multiples, celles

dont on sait, dès la conception, qu'elles présentent un risque pour l'enfant à naître. Mais quoi qu'il arrive, les trois niveaux de maternité disposent du même bloc obstétrical et du même personnel médical.

Depuis 2013, il est aussi possible d'accoucher en maison de naissance, un établissement dirigé par des sages-femmes dans un décor intime et chaleureux, ce qui représente un bon compromis pour les femmes qui cherchent un environnement moins médicalisé mais avec une sécurité optimale en cas de complications.



# Le respect du consentement

Une autre notion fondamentale liée aux VEO est celle du respect du consentement. C'est un enjeu de société majeur lorsque l'on sait qu'il y a plus de 250 tentatives de viol sur les femmes par jour en France<sup>1</sup>, chiffre auquel il faudrait ajouter les agressions sexuelles. En sachant ça, nous ne pouvons que constater que le consentement libre et éclairé n'est pas omniprésent dans notre culture.



1. Source : « Les chiffres de référence sur les violences faites aux femmes », [www.arretonslesviolences.gouv.fr](http://www.arretonslesviolences.gouv.fr).

## **Comment pourrait-il en être autrement ?**

Dès le plus jeune âge, nous apprenons aux enfants qu'il faut faire un bisou à mamie, papi ou autre, qu'ils le veulent ou non. Il n'est pas rare non plus qu'on leur pince la joue ou qu'on leur touche les cheveux et que ce soit toléré. Garçon comme fille, on leur transmet que leur corps est la propriété de la personne en situation de pouvoir sur eux. Très franchement, si tu as une fille, tu vas sûrement te dire qu'il faut que tu lui apprennes à se protéger. C'est bien que nous-mêmes, les hommes, connaissons la menace. Quand elle sortira avec ses copains tu craindras peut-être qu'elle se fasse agresser sexuellement. Cela implique donc qu'il y aurait un agresseur. Penses-tu que les parents de ce garçon craignent qu'il agresse ? Serions-nous dans cette peur, toi et moi, le cas échéant ? Pour autant les parents ne sont pas les seuls en cause. L'environnement pèse bien lourd dans les stéréotypes et les représentations de nos enfants. On peut juste leur faire comprendre l'importance du sujet. Respecter le consentement de nos enfants, c'est leur donner la possibilité de respecter celui des autres.

C'est débile !  
Je ne peux pas lui  
demander son accord  
pour tout !



Il y a bien évidemment des moments où il faut s'en passer. Déjà, lorsque l'enfant n'est pas capable de l'exprimer. Un nourrisson qui porte une couche a besoin qu'on la change quand elle est souillée. Qu'il apprécie le moment ou non, il faut le faire. Parfois, c'est aussi contextuel : tu dois aller à un rendez-vous important, tu es pris par le travail... bref, les contraintes de la vie. Quoiqu'il arrive, si nous passons outre son consentement, nous n'avons pas besoin de crier ou de réagir avec violence. L'enfant a le droit d'exprimer ses émotions. Et au tout début, il le fera principalement en pleurant. Il y a d'autres moments où l'on peut remettre en question la pratique commune. Par exemple, en évitant de l'amener se faire couper les cheveux alors qu'il n'en a pas exprimé l'envie et qu'il souhaiterait au contraire les garder longs.

Faisons le tour de quelques exemples vécus qui sont, pour moi, des situations où l'on peut se passer du consentement, notamment parce qu'ils impliquent ta responsabilité parentale avant la volonté de ton enfant.

## La langue des signes

Vous pouvez utiliser la langue des signes française (LSF) avec un bébé de six mois environ. Vous pourrez alors illustrer des mots courants (« manger », « dormir », « encore », « musique »...) par le geste correspondant. Vous pourrez également commencer à montrer à bébé qu'il y a plusieurs états émotionnels (joie, tristesse...).

De son côté, Bébé pourra vous répondre en signant autour de dix mois. Avec une gestuelle imparfaite, bien évidemment ! Si l'enfant est capable de comprendre plusieurs mots assez rapidement, il n'est pas encore à même de les communiquer oralement. Cette pratique peut donc limiter sa frustration. Bien sûr, il peut arriver qu'il ne signe pas, et ce n'est pas grave. Dans tous les cas, ce temps investi est précieux et consolide votre lien. Signer, c'est aussi l'occasion de transmettre la notion de langage tout en étant pleinement avec son enfant. Un chouette moment d'émotion ! Toute la famille peut participer et ça, c'est aussi un moment de partage et de découverte commune. Tu pourras trouver une affiche gratuite sur le blog de Hoptoys<sup>1</sup> et, si tu veux pratiquer, je te conseille Le Grand Guide des signes avec bébé de Marie Cao (@littlebunbao).

## Les bébés nageurs

Contrairement à ce que cette appellation laisse à penser, il ne s'agit pas d'apprendre au bébé à nager. L'idée est plutôt qu'il se sente à l'aise dans le milieu aquatique. Cette activité lui permet d'éveiller plusieurs sens dans un moment ludique avec vous. La pratique est très cadrée et le personnel formé spécifiquement. L'environnement doit respecter des règles strictes : 32 °C dans l'eau, 25 °C hors de l'eau. Sauf contre-indication médicale et une fois les vaccins à jour, il est possible de commencer dès quatre mois. C'est alors parti pour des moments d'éclaboussures, de flottaison, de jeux aquatiques et aussi d'immersion. Car, oui : Bébé peut aller sous l'eau ! Je ne te cache pas que nous étions dubitatifs à notre première séance.



1. [www.bloghoptoys.fr](http://www.bloghoptoys.fr), « Mes premiers signes avec bébé ».

# Paroles de mecs

Quand tu commenceras à t'interroger sur la manière dont tu souhaites accompagner ton enfant, il y a des chances que tu questionnes aussi la manière dont tu as été accompagné. À part dans certains cas particuliers, tu l'as été par des parents qui, comme nous, on fait de leur mieux avec les moyens qu'ils avaient en eux et autour d'eux. Tu pourras aussi te demander si réaliser l'accompagnement que tu souhaites est possible dans notre contexte socioculturel. À ce jour, pour beaucoup de monde, ce n'est pas une liberté mais un privilège. C'est ensemble que nous pourrons faire évoluer les choses en commençant par nous-même. Comme disait Gandhi : « Soyez le changement que vous voulez voir dans le monde. »

Sur ce chemin tu n'es pas seul. Nous sommes plusieurs à nous interroger sur notre parentalité et sur la façon dont nous pouvons nous considérer en tant qu'homme dans ces nouvelles représentations. Tu peux écouter notre discussion avec André Stern, ambassadeur de l'enfance.

