

1 VD : Bonjour Madame. Je m'appelle Valentine De Wolf et je suis étudiante en master santé publique. Je
2 suis également sage-femme à l'hôpital de Braine-l'Alleud et c'est là que vous avez accepté de collaborer
3 à ma recherche. Je vous ai choisie car vous êtes patiente de l'hôpital de Braine-l'Alleud mais également
4 parce que vous venez d'accoucher de votre premier enfant. Vous n'êtes pas sans savoir que les séjours
5 à la maternité raccourcissent, je m'interroge donc sur votre vécu lors de votre retour à domicile et sur
6 la manière dont vous avez été accompagnée d'un point de vue médical et psychosocial. Notre entretien
7 sera guidé par des questions relatives à votre préparation à la naissance et à la parentalité, votre séjour
8 à la maternité et votre retour à domicile. Afin d'être la plus fidèle possible à vos dires, et avec votre
9 accord, l'entretien sera enregistré, sur un téléphone à côté.

10
11 RF : Pas de souci

12
13 VD : Ce qui me permettra d'analyser les contenus développés ce jour. À tout moment, à votre demande,
14 l'entretien peut être arrêté. Notre discussion restera anonyme, votre nom ne sera jamais cité et son
15 contenu sera traité uniquement par mes deux promotrices Mesdames Sophie Thunus et Héline Zabeau
16 et moi-même et ce à des fins de recherche en santé publique. Avant de démarrer notre entretien, avez-
17 vous des questions ?

18
19 RF : Non, non.

20
21 VD : Pouvez-vous me confirmer oralement votre accord de participation ?

22
23 RF : Je confirme mon accord.

24
25 VD : Merci à vous. Nous pouvons dès lors commencer l'entretien. Je vais commencer par une question
26 très générale. J'aurais voulu que vous m'expliquiez quel est le vécu votre retour à domicile.

27
28 RF : Le retour à domicile s'est bien passé. Ça a été mitigé en fait. Ça s'est bien passé parce que je pense
29 que j'avais prévu les choses essentielles de mon côté. Donc à savoir que sa chambre soit prête, que j'aie
30 les articles de puériculture dont j'avais besoin. Après ça a été plus compliqué pourquoi ? Parce que c'est
31 tout nouveau pour moi et que j'ai dû m'habituer à beaucoup de choses. D'une part au manque de
32 sommeil puisque déjà pendant ma grossesse j'avais des gros problèmes d'insomnies et avec un
33 nouveau-né comme ça on ne dort pas non plus donc j'étais au bout du scotch comme on dit. Après
34 j'allaitais enfin j'allaitais toujours. Mais j'avais des gros problèmes d'allaitement, à savoir qu'autant à
35 l'hôpital ça se passait plus ou moins bien, mais on m'a dit : « C'est le début, il ne faut pas trop vous
36 inquiéter » et une fois rentrés à la maison ça a été le carnage total. Pas moyen de lui faire prendre le
37 sein, c'était vraiment compliqué de lui faire prendre et alors en plus de ça, j'avais l'impression que je
38 passais ma journée à faire ça. Autant à l'hôpital c'était toutes les 2-3 heures, autant chez moi j'avais
39 l'impression que je passais ma journée à allaiter. Et c'est seulement quelques semaines après, en
40 rendez-vous avec le pédiatre, je lui en ai parlé et on s'est rendu compte qu'en fait il avait un problème
41 avec un frein de langue. Et donc il ne savait pas bien téter mais bon en attendant moi pendant 3
42 semaines je n'ai pas dormi. J'ai passé des nuits blanches et donc ça je me dis : « Allez, si j'avais eu un
43 accompagnement ou si j'avais été guidée, ou plus écoutée à un moment donné, on l'aurait peut-être vu
44 plus vite et ça lui aurait évité des souffrances et à moi aussi parce que j'étais complètement
45 désemparée. Je ne savais pas quoi faire, je ne savais pas ce qu'il avait. Le fait de pleurer comme ça
46 pendant des heures. Et puis la troisième chose aussi, dans mon retour à la maison, qui a été difficile
47 c'est cette perte d'autonomie. C'est qu'il n'y a rien à faire on vit un peu égoïstement quand on n'a pas
48 d'enfants. On fait ce qu'on veut quand on veut. Et ici il n'y avait pas encore le confinement. Enfin ça
49 commençait tout doucement mais je n'ai plus su rien faire du jour au lendemain et ça c'était très
50 perturbant pour moi puisqu'en même temps j'avais ma maison, mes courses, mon ménage, lui dont je
51 voulais m'occuper, plus la fatigue... Tout ça mélangé ça a été un beau cocktail explosif mais ça va mieux.

52

53 VD : vous êtes sortie de ça ?

54

55 RF : Oui.

56

57 VD : Est-ce que vous aviez préparé ce retour à domicile ?

58

59 RF : Préparé dans quel sens ?

60

61 VD : C'est un sens large.

62

63 RF : Non, je ne vois pas très bien. Préparé... Mis à part le fait d'avoir les articles, d'avoir préparé sa
64 chambre, etc. D'être préparés dans ce sens-là. Le reste, je ne vois pas très bien ce que j'aurais pu
65 préparer. Je n'avais même pas de sage-femme. Je ne savais même pas que c'était bien d'en avoir une.
66 En fait c'est à l'hôpital qu'on m'a dit que ce serait plus que conseillé, étant donné que j'ai eu une
67 césarienne, je devais enlever mes agrafes. Et donc on m'a dit qu'il n'y avait qu'une sage-femme qui
68 pouvait faire ça. Donc en fait je ne me suis pas rendu compte de l'importance du rôle d'une sage-femme
69 peut-être avant. En tout cas après, maintenant, je m'en rends compte. Mais voilà je ne me suis pas
70 rendu compte du tout de ça avant mon accouchement.

71

72 VD : Hum, hum. Et comment est-ce que vous imaginiez votre retour à domicile ? Vous l'aviez imaginé
73 comme il s'est passé ou pas du tout, ça a été la surprise ?

74

75 RF : Je crois qu'on ne sait jamais vraiment imaginer à 100% comment ça va être. Je crois que tant qu'on
76 ne le vit pas on ne peut pas s'imaginer ce que c'est. On m'avait dit : « Tu ne vas pas dormir, ça prend du
77 temps ! », etc. Et quand on nous le dit, on dit : « Oui, oui ». Mais en fait on ne se rend pas compte tant
78 qu'on ne le vit pas. Donc oui et non. Je pense que je savais dans les grandes lignes ce à quoi m'attendre,
79 maintenant entre le vivre, ça a été autre chose.

80

81 VD : Oui. Et vous aviez reçu du soutien durant cette période ?

82

83 RF : On est rentrés en période de confinement donc je suis avec mon mari 24h/24h donc ça
84 honnêtement je crois que dans le malheur de ce qui se passe maintenant je vais dire que pour moi c'est
85 une chose positive, de ne pas me retrouver toute seule parce que honnêtement même si j'allaite et que
86 donc il est avec moi exclusivement, pour le nourrir la nuit... c'est moi qui me lève, j'ai eu des moment
87 où j'étais complètement liquidée, le fait de l'entendre pleurer comme ça pendant des heures où je ne
88 savais pas quoi faire. J'étais perdue et donc mon mari a pu le prendre, un peu s'en occuper ou aller faire
89 un tour 10 minutes dehors, prendre un peu l'air. Je crois que pendant 15 jours je ne suis pas sortie, je
90 n'ai pas mis le nez dehors. Et ça c'était vraiment difficile parce que je passais mes journées avec lui
91 comme ça dans les bras.

92

93 VD : Les 15 premiers jours ?

94

95 RF : Oui.

96

97 VD : Et dès le début, dès que vous êtes rentrés chez vous, ça a été comme ça ?

98

99 RF : Oui, parce qu'il ne dormait pas et puis il se réveillait, il mangeait, il s'endormait au sein, puis il se re-
100 réveillait, puis il hurlait puis pas moyen de le mettre au sein, et puis pendant 2 heures j'essayais de le
101 mettre au sein. Donc oui, oui, ça a été chaud !

102

103 VD : Et quels ont été vos soutiens à domicile pour cette gestion ?

104
105 RF : Alors j'ai eu une sage-femme, puisque comme je vous ai dit j'ai eu une césarienne, j'ai dû enlever
106 mes agrafes. Et je suis tombée sur quelqu'un de très bien, qui a été à l'écoute et qui m'a vraiment
107 accompagnée. Après bon voilà, les choses évoluant, je ne l'ai pas vu beaucoup non plus puisqu'on limite
108 les contacts et les visites au maximum. En tout cas les premières fois, elle m'a rassurée sur le fait qu'il
109 prenait du poids, qu'il grandissait bien, qu'il grossissait bien, que tout se passait bien et que je devais un
110 peu lâcher prise, ce qui ne fait pas partie de mon caractère mais bon ! Petit à petit c'est se faire confiance
111 en fait. Moi au départ c'était dans ma personnalité, je ne sais pas comment sont les autres mamans,
112 mais j'aime bien contrôler les choses et ici c'est vraiment un lâcher-prise total parce qu'en soi on est
113 complètement dépendants du bébé et il faut s'adapter à tout en fonction de lui. Voilà ! Et ce lâcher-
114 prise n'est pas évident chez moi !

115
116 VD : D'accord. C'est ça qui vous a le plus perturbée et qui a été le plus dur à réaliser peut-être ?

117
118 RF : Oui.

119
120 VD : Et la sage-femme est passée beaucoup ? Elle est passée combien de fois ?

121
122 RF : Je crois qu'elle est passée 3 fois mais après on est rentrés dans les mesures de confinement donc,
123 ce n'est pas qu'elle ne pouvait plus, mais en soi tout se passait bien donc elle restait disponible par
124 téléphone. Donc c'est vrai que je l'ai appelée quelques fois parce que de nouveau pour moi tout est
125 nouveau. S'il ne va pas à selles sur 24 heures, moi j'étais angoissée, je me disais : « Ça y est ici qu'est-ce
126 que je dois faire ? ». Mais tout ça je n'étais pas préparée, on ne me l'avait jamais dit. Donc c'est vrai que
127 je l'ai appelée parfois pour des conneries. Elle a dû se marrer mais c'était vraiment nouveau. Enfin c'est
128 toujours nouveau. Mais donc je crois qu'elle est venue 3 fois.

129
130 VD : Et puis par téléphone ?

131
132 RF : Oui. Par message, pour des choses comme ça

133
134 VD : Et est-ce qu'elle a bien répondu à vos attentes vis-à-vis d'elle ?

135
136 RF : Oui, franchement oui.

137
138 VD : C'était suffisant pour vous ?

139
140 RF : Oui, c'était suffisant mais il y a des choses parfois... je me rends compte... Même la première visite
141 chez le pédiatre parce que je parlais du fait de l'allaitement que c'était compliqué pour moi et qu'à un
142 moment donné ça devenait une torture pour moi de le voir comme ça, enfin torture c'est peut-être un
143 petit peu dur, de le voir souffrir comme ça, pleurer, je me disais : « Ça ne sert à rien, je ne vais pas
144 m'acharner, ce n'est pas le seul bébé qui va être nourri au biberon en poudre ». Et donc je posais des
145 questions : « Comment je dois faire ? », « Qu'est-ce que je dois donner ? », « Quelles sont les
146 quantités ? ». Et on me disait : « un 60-90 ». Ça ne me parle pas moi 60-90. (rires) Quand on ne l'a jamais
147 fait. Je disais : « Un 60-90 c'est quoi ? ». Vous voyez ! Donc ça paraît tellement con à mon avis.
148 Maintenant je le sais parce que je commence à faire un allaitement mixte mais la première fois je me
149 suis sentie déroutée dans tout ce langage, cette terminologie, je n'en touchais pas une. Je me disais :
150 « Mais c'est quoi ce bazar ? Je ne vais pas y arriver »

151
152 VD : Hum, hum. C'était vraiment tout nouveau pour vous !

153

- 154 RF : Ah oui.
155
- 156 VD : Vous n'aviez aucune expérience ?
157
- 158 RF : Non et je n'ai jamais parlé de ça non plus avec mes copines. C'est vrai que je suis une des dernières
159 à avoir un bébé. Toutes mes copines en ont. Mais non, je n'ai jamais parlé de toutes ces petits choses-
160 là.
161
- 162 VD : Et est-ce qu'auprès d'elles vous trouviez un soutien ?
163
- 164 RF : Non, parce que je crois que c'est loin pour elle.
165
- 166 VD : Ah d'accord.
167
- 168 RF : Oui.
169
- 170 VD : Elles ont toutes des enfants plus grands déjà ?
171
- 172 RF : Oui, quand même une dizaine d'années. Donc tout de suite c'était : « Non, t'inquiète ! Prends
173 patience ! Ça va aller ! On est toutes passées par là ! ». Mais je sais que je les ai toutes appelées pour
174 mon allaitement en disant : « Ce n'est pas possible, qu'est-ce qu'il faut faire ? ». A un moment donné je
175 voulais aussi mettre en place cet allaitement mixte. « Comment je dois faire ? » Alors on me disait : « Tu
176 remplaces une tétée par un biberon ». « Oui mais moi il tète tout le temps ! ». Donc vous voyez, je ne
177 comprenais pas comment je devais faire, comment mettre les choses en place. Puis je crois qu'à un
178 moment donné il faut se faire confiance et s'écouter. Parce qu'en plus j'avais des versions différentes
179 tout le temps. Donc voilà, il faut s'écouter et apprendre à se connaître, avec le petit, identifier ses
180 besoins, maintenant je reconnais ses pleurs. Avant on me disait : « Tu vas reconnaître ses différents
181 types de pleurs ». Quand on me disait ça, je me disais : « Ce n'est pas possible, je ne vais jamais
182 reconnaître ». Maintenant oui c'est vrai. Mais au début je me disais : « Mais c'est dingue, je suis tarée,
183 je ne suis pas prête, je ne comprends rien, pour moi c'est la même chose tout le temps ».
184
- 185 VD : Et ça vous a culpabilisée peut-être aussi ça ?
186
- 187 RF : Oui j'ai culpabilisé de le faire pleurer pendant des heures, de ne pas comprendre ce qu'il voulait, de
188 ne pas réussir à le nourrir. Au début oui.
189
- 190 VD : Ça a beaucoup perturbé votre sentiment de compétence ?
191
- 192 RF : Oui.
193
- 194 VD : Et de quel type de préparation avez-vous bénéficié pendant la grossesse ?
195
- 196 RF : Aucune ! Donc en fait de nouveau quand j'en parlais à mon entourage ou à ma gynéco quand je
197 demandais, on me disait : « Bah oui, c'est bien mais ce n'est pas obligatoire, faites ce que vous voulez ! ».
198 Et donc moi je ne savais pas, est-ce que c'était bien une sage-femme, est-ce que c'était mieux une kiné ?
199 Enfin je ne savais pas du tout. A un moment donné j'ai fait une kiné pré-natale, les 4 séances pour
200 apprendre à respirer, qui ne m'ont servi à rien puisque j'ai eu une césarienne. Mais voilà c'est tout ce
201 que j'ai fait.
202
- 203 VD : Donc pas de préparation avec sage-femme ?
204

205 RF : Non. Et ça je regrette !

206

207 VD : Vous regrettez ?

208

209 RF : Je regrette qu'on ne m'ait pas dit. Parce que de nouveau quand je posais la question à mon
210 entourage on me disait : « Bah, ça ne sert à rien, ne t'inquiète pas, c'est inné, tu verras bien ! ». Et moi,
211 je ne sais pas si ça m'aurait vraiment appris des choses parce que je ne l'ai pas fait mais quand je vois le
212 suivi que j'ai en postnatal et la relation qui se met en place comme ça avec quelqu'un, une sage-femme,
213 je regrette de ne pas l'avoir fait avant.

214

215 VD : D'accord. Quel type d'informations aviez-vous reçu concernant l'organisation du retour à
216 domicile du coup ?

217

218 RF : J'ai reçu une fiche à la maternité en sortant en me disant que je devais prendre rendez-vous chez
219 le pédiatre x temps après, qu'il devait prendre des gouttes de vitamine D, une petite fiche d'information
220 comme ça mais rien de...

221

222 VD : Votre entourage ne vous avait pas expliqué ? « Préparez des choses à manger, mettez-les au
223 congélateur, préparez la maison ». Des détails...

224

225 RF : La maison, je vous ai dit, j'avais préparé sa chambre et tout ça c'était fait. Après c'est vrai qu'en
226 vivant dedans avec le petit il y a des choses que j'ai aménagées autrement. Par exemple j'ai mis la table
227 à langer dans la salle de bain alors qu'au départ elle était dans sa chambre. Voilà, dans mon organisation,
228 ma manière de faire, c'est plus facile. Préparer à manger, oui, on m'avait dit, mais on ne se rend pas
229 compte, ça ne m'a pas percutée moi !

230

231 VD : Hum, hum. Et qui vous en avait parlé ?

232

233 RF : J'avais été à une réunion à l'hôpital de Braine sur l'allaitement.

234

235 VD : Hum, hum.

236

237 RF : Et eux avaient dit : « Mettez bien ce genre de choses en place, vous savez découper des petits bons,
238 demandez aux gens de vous aider, de vous soutenir, de vous apporter un plat ou de prendre une manne
239 de repassage. Je l'ai entendu mais je ne l'ai pas fait.

240

241 VD : Vous trouviez ça drôle comme idée ?

242

243 RF : Non, mais j'avais dit : « Je saurai me faire à bouffer, il va dormir, pourquoi je n'arriverais pas à
244 manger, à être tranquille. ». Non, pas du tout.

245

246 VD : Comment imaginiez-vous un bébé en fait ?

247

248 RF : Bah moi je pensais qu'il dormait tout le temps, enfin beaucoup en tout cas. Le mien commence à
249 dormir de temps en temps et à faire des siestes la journée mais ça n'a pas été du tout le cas les premières
250 semaines. D'ailleurs je me disais : « Ce n'est pas possible le mien il ne dort pas ». Oui je pensais que ça
251 dormait, ça travaillait, ça mangeait, ça redormait et on était tranquilles et la nuit aussi, on se réveille, on
252 donne à manger et puis c'est bon. En fait la nuit, bah comme j'allaitai oui il pleurait mais je le mettais au
253 sein. Il s'endormait donc je le recouchais mais il pleurait parce qu'en fait il avait toujours faim parce qu'il
254 n'avait toujours pas tété. Enfin ce n'était pas comme je l'imaginai. (*rires*).

255

256 VD : (*rires*). Donc vous ne l'imaginiez pas du tout comme ça ?

257

258 RF : Non. Mais c'est très bien, il est très bien.

259

260 VD : Vous l'aimez quand même.

261

262 RF : Oui.

263

264 VD : Quels ont du coup été les difficultés et les défis que vous avez rencontrés lors de votre retour à domicile ?

265

266 RF : Ça c'est ce que je vous ai dit au début. Vraiment les difficultés c'est le manque de sommeil, c'est le fait que je voulais tout combiner, la maison, de manière générale, avec les tâches ménagères plus lui, mais ça il faut abandonner et le fait vraiment de s'adapter à lui à 100 % et l'allaitement. Ça ce sont mes difficultés premières. C'était quoi la suite de la question ?

270

271 VD : C'était ça. Quels sont les difficultés et les défis que vous avez rencontrés et comment est-ce que vous y a avez fait face ?

272

273 RF : J'en ai parlé à la sage-femme pédiatre et la pédiatre pour certaines choses. J'ai été voir un ostéopathe aussi parce qu'au départ je pensais qu'il avait des coliques, parce qu'il pleurait tout le temps mais en fait non, il avait juste la dalle parce qu'il n'arrivait pas prendre le sein. C'est horrible parce que maintenant j'en rigole mais au début je n'en rigolais pas du tout parce que ça me procurait des angoisses vraiment de le voir pleurer. Et donc c'est en parlant à des professionnels de me faire accompagner un petit peu sur ça puis j'ai lâché prise en me disant : « Je ne dors pas, je dormirai la journée avec lui. Si ma maison est dégueulasse ce n'est pas grave. Si je n'ai pas repassé ma manne à linge ce sera pour plus tard. ». Et voilà. Priorité au bébé. Mais honnêtement maintenant quand même je me dis que si mon compagnon n'était pas à la maison je serais quand même fort débordée.

280

281 VD : Peut-être en dépression ?

282

283 RF : Non en dépression pas quand même, je ne pense pas mais c'est plus facile d'être à deux. Allez, je me dis : « Dix jours pour un père c'est court, mais c'est aussi court pour moi » parce qu'ici j'ai envie d'aller prendre ma douche je peux lui donner le petit. En gros sinon j'ai un quart d'heure sur 24h. C'est vraiment ça parce que, même s'il dort, parfois je le déposais dans son parc, j'allais vite prendre ma douche, j'étais à peine dans ma douche, qu'il commençait à pleurer. Donc du coup on lâche tout et il ne faut pas espérer prendre une douche à 8h, on la prend peut-être à midi, à 14h, c'est vraiment lâcher prise sur son organisation, sur tout, sur le rythme de la vie en règle générale. Au début en tout cas.

287

288 VD : Hum, hum. Et ce lâcher prise était dur parce que dans votre vie de tous les jours vous êtes du genre à contrôler tout ?

289

290 RF : Oui .

291

292 VD : Vous travaillez dans quel domaine ?

293

294 RF : Je travaille comme commerciale dans le secteur des ressources humaines.

295

296 VD : Et vous avez un caractère très carré aussi ?

297

298 RF : Oui.

299

300

301

302

303

304

307

308 VD : Et donc c'est difficile maintenant de céder la place à un petit être ?

309

310 RF : Pas de céder la place à un petit être. C'est le fait de dire que de toute façon arrivera ce qui doit
311 arriver, que je ne sais pas maîtriser les choses. Je sais maîtriser certaines choses qui me sont propres
312 mais pas par rapport à lui.

313

314 VD : Hum, hum. D'accord. Vous avez mis d'autres choses en place pour résoudre ces difficultés à part la
315 sage-femme, le pédiatre et l'ostéopathe ?

316

317 RF : Non, de toute façon après on ne peut plus rien faire. La sage-femme elle ne se déplace plus. Tout
318 ce qui est non essentiel. En soi on ne sait plus rien faire.

319

320 VD : Oui.

321

322 RF : Bon voilà c'est la période qui est comme ça. J'aurais peut-être continué de voir la sage-femme si
323 effectivement j'avais la possibilité. Maintenant ce n'est pas qu'elle m'a dit non mais bon le petit va bien,
324 il n'est pas malade. J'ai eu les premières visites à l'hôpital quand même avec la pédiatre parce qu'il est
325 encore petit. Mais voilà c'est le strict minimum.

326

327 VD : Oui. Et concernant l'allaitement difficile qu'est-ce que vous avez mis en place ?

328

329 RF : Bah le fait que quand j'étais chez la pédiatre elle lui a coupé un petit truc dans le frein de langue et
330 du coup ça a été beaucoup plus facile pour lui donner. Maintenant c'est vrai que, alors je ne sais pas
331 comment ça se passe pour les autres, mais moi c'est un super teteur, donc il mange tout le temps.
332 D'ailleurs il fait presque 6 kilos. Donc il mange bien. Mais maintenant je fais un allaitement mixte parce
333 que pour moi les nuits c'est plus compliqué j'avoue. Et comme ça mon compagnon peut se lever aussi.
334 Et ça par exemple je culpabilise de me dire qu'en soi j'ai du lait, que je pourrai le nourrir, je l'ai fait mais
335 j'ai besoin de me retrouver aussi un peu, de pouvoir me reposer et parfois je me dis : « C'est égoïste ».
336 Mais j'en ai besoin. Donc je ne veux pas l'arrêter complètement. Je veux garder encore un petit peu
337 mais en même temps je suis partagée. Je ne sais pas comment expliquer. Mais en même temps comme
338 on est en confinement je n'ai rien d'autre à faire. Donc la journée je l'allait. Et il a un biberon la nuit.

339

340 VD : Et comment est-ce que vous en êtes arrivée progressivement à ça ?

341

342 RF : Parce que j'étais au bout, j'étais dans un état de fatigue extrême puisque l'allaitement il ne dépend
343 que de moi. Et comme il adore téter, il passait vraiment sa vie au sein et donc j'avais l'impression que
344 je ne faisais plus rien. Enfin déjà qu'il ne dormait pas beaucoup, en plus de ça il tétait tout le temps,
345 donc je ne savais rien faire, il ne dormait pas, je passais ma vie dans le canapé à lui donner à manger. Et
346 donc à un moment donné ce que j'ai fait c'est que j'ai commencé à tirer mon lait pour lui donner une
347 dose et comme ça après il était KO et il dormait une heure ou deux. Mais le fait de le tirer je n'avais plus
348 assez de lait. Donc je devais combiner tirer, téter, etc. Puis ça devient une organisation de fou furieux
349 où il faut tirer, stériliser, donner, bazar et tout... Et donc je me suis dit qu'il fallait que ce soit vivable
350 pour tout le monde. Et donc maintenant je fais des tétés et un biberon la nuit.

351

352 VD : Et comme ça est-ce que ça convient à part cette culpabilité qui persiste ?

353

354 RF : Oui pour moi c'est plus facile et maintenant je ne sais pas comment je le vivrais, je ne me suis pas
355 rendu compte non plus avec l'allaitement, parce que quand je suis sortie de la maternité on n'était pas
356 encore en confinement, et donc on avait des visites et j'étais très mal à l'aise sur le fait de donner à
357 manger au petit, enfin de l'allaiter, et d'avoir des gens. On me disait : « On ne regarde pas. » Mais moi

358 ça me... Alors je ne suis pas super pudique, mais je ne sais pas, c'était un moment intime avec mon bébé
359 et ça ne me mettait pas du tout à l'aise de l'allaiter comme ça en public si je puis dire. Donc si le
360 confinement se termine je ne sais pas comment je vais vivre le fait de devoir sortir, de devoir l'allaiter
361 avec d'autres gens à côté. A mon avis je terminerai plus vite ça. A cause du fait que, voilà ici je l'allaiter
362 je suis très bien je suis à la maison, mais à partir du moment où on va devoir bouger, etc. Je ne crois pas
363 que je vais continuer à allaiter.

364
365 VD : Par le regard des autres ?

366
367 RF : Par le regard des autres, oui. Et le fait que je ne suis pas à l'aise avec ça.

368
369 VD : Et quand les visites viennent chez vous, qu'est-ce que vous mettez en place ?

370
371 RF : Je monte, je vais m'isoler, j'ai mis un petit fauteuil dans sa chambre et donc j'allais dans sa chambre
372 lui donner à manger.

373
374 VD : D'accord. Et concernant les pleurs, est-ce qu'il pleurait beaucoup quand il y avait des visites ? Est-
375 ce que vous arriviez à gérer ?

376
377 RF : Le problème c'est que je n'en ai pas eu des masses puisqu'on est très vite rentrés en confinement.

378
379 VD : Ah oui, d'accord. Quel âge est-ce qu'il a ?

380
381 RF : Maintenant... Il est du 20 février, donc 6 semaines.

382
383 VD : Ah oui, et ça fait 3 semaines déjà le confinement.

384
385 RF : Oui mais au début j'étais tellement mal avec cet allaitement et ces pleurs que comme je ne savais
386 pas gérer je ne prenais personne parce que je n'étais pas à l'aise avec ça. Moi faire venir quelqu'un et
387 ne pas savoir m'en occuper enfin je ne sais pas...

388
389 VD : Les recevoir ?

390
391 RF : Les recevoir, voilà ! C'était avoir un petit qui pleure tout le temps, devoir m'isoler pour donner à
392 manger, pour moi ce n'était pas concevable. Alors on s'appelle quand j'ai 5 ou 10 minutes devant moi.
393 Et puis après j'ai quand même voulu rester une semaine à dix jours seuls pour pouvoir m'habituer,
394 prendre mes repères dans la maison, mettre cet allaitement en place, et dormir dès qu'il dormait parce
395 que je ne dormais pas la nuit. Et donc je ne prenais pas de visites sinon je ne récupérais jamais. Et puis
396 on est rentrés en confinement. Donc je n'ai pas vu beaucoup de gens. D'ailleurs je n'arrête pas de lui
397 dire qu'il y a d'autres personnes sur terre que son papa et sa maman.

398
399 VD : Et au niveau de votre famille, est-ce qu'il y a eu du passage chez vous ?

400
401 RF : Pas des masses mais moi mes parents vivent à l'étranger et la maman de mon compagnon est venue
402 une fois.

403
404 VD : A la maternité peut-être ?

405
406 RF : A la maternité et une fois à la maison. A la maternité on a eu des visites et ça je ne l'ai pas bien vécu.

407
408 VD : D'accord.

409
410 RF : Enfin pas bien vécu... C'est que moi j'étais là dans mon lit, couchée, ma sonde, etc. Encore un peu
411 dans le gaz, qu'on se demande ce qu'il nous arrive. Et en fait, je ne me rendais pas compte, de nouveau
412 il faut le vivre je crois, j'avais l'impression que j'étais spectatrice de ce qui se passait. On est en plein
413 milieu de cette chambre, moi j'avais le petit sur moi et il y a tous les gens autour qui en fait se racontent
414 leurs vies. (*rires*). Et nous on est en plein milieu comme ça, à la limite on ne vient pas nous voir, on ne
415 s'intéresse même pas à nous. C'est des gens qui sont contents de se revoir et qui papotent et qui
416 racontent leurs vies. Et moi je crevais de chaud, j'avais juste envie d'une chose, c'est d'être au calme. Et
417 donc je sentais que je m'énervais comme ça, non ce n'était pas...

418
419 VD : (*rires*). Quel est le vécu de votre séjour à la maternité ?
420

421 RF : J'ai un super bon souvenir parce que j'ai été très bien accueillie, encadrée par les sages-femmes. Je
422 suis tombée vraiment sur des chouettes sages-femmes franchement qui étaient super sympas qui ont
423 été à mon écoute, qui m'ont soutenue dans mon allaitement, qui m'ont montré comment faire. La seule
424 chose c'est ces visites. Après c'est normal, les gens sont contents, ils ont envie de venir voir. Moi je
425 trouvais ça vraiment bizarre, j'avais l'impression que j'étais spectatrice vraiment de ce qui se passait. La
426 seule chose c'est que je pensais sortir et puis j'ai eu une drôle de blague c'est que j'ai eu des petits
427 problèmes de tension donc j'ai dû rester un peu plus longtemps et ça de nouveau je ne m'étais pas...
428 alors ce n'est rien de grave, mais en plus avec les hormones, je commençais à pleurer, je me demande
429 ce qui va m'arriver. Est-ce que je vais pouvoir continuer à m'occuper de mon bébé... Mais voilà, après
430 tout est rentré en ordre.

431
432 VD : D'accord. Donc un baby blues qui s'est passé à la maternité alors ? Pas trop à la maison ?
433

434 RF : Mais babyblues... Je ne sais pas si une dépression ou baby blues... J'ai l'impression que c'est des
435 termes un peu forts après je n'en sais rien. Je ne sais pas si je les ai vraiment faits. Oui je pense que les
436 hormones ont joué, oui je ne vais pas vous cacher que j'ai pleuré et que j'étais parfois démunie par
437 rapport à ce qui se passait. Mais est-ce que baby blues ou dépression j'ai fait ? Je ne sais pas.

438
439 VD : C'est aussi une perte du contrôle de sa vie, accepter le fait que maintenant il y a un enfant qui
440 compte, se rendre compte de la responsabilité qu'on a envers quelqu'un d'autre. C'est tout ça qui peut
441 provoquer le baby blues. C'est tout d'un coup toutes ces émotions et la chute hormonale qui
442 provoquent des pleurs, du stress.

443
444 RF : Hum, je ne sais pas, je l'ai tellement désiré. J'ai eu 38 ans ici. Je n'ai pas fait des enfants jeunes. J'ai
445 vraiment voulu, désiré et attendu. Donc j'étais super heureuse. Enfin je suis super heureuse de l'avoir.
446 Maintenant c'est vrai que ça casse tous les codes qu'on a construit pendant 38 ans, enfin 20.

447
448 VD : D'accord. On parlait du papa. Donc il a eu ses dix jours de congé paternité ?
449

450 RF : C'est plus que ça en fait parce que mon compagnon... Enfin normalement je devais accoucher début
451 mars donc il avait déjà mis des congés là pour pouvoir être présent au cas où et puis au fait j'ai eu une
452 césarienne programmée. Et donc, à ce moment-là, il travaillait mi-temps. Donc en fait c'est bien tombé
453 parce qu'il était présent fin février et puis il avait mis sa semaine de congé et puis on est rentrés en
454 confinement. Donc il profite plus que tout du petit puisqu'il est tout le temps là.

455
456 VD : Il n'a pas encore repris le travail ?
457

458 RF : Non, il est en chômage économique avec la situation.
459

- 460 VD : D'accord. Ça comment est-ce que vous le vivez, vous ?
461
462 RF : Super. Moi je suis emballée. On est à 3, on profite, on apprend tous à se connaître, à prendre nos
463 marques avec le petit. Et puis comme je vous le disais c'est une chance et pour mon mari et pour le petit
464 de pouvoir être avec son papa plus longtemps aussi.
465
466 VD : Au niveau du soutien, comment est-ce que vous le vivez le soutien de votre compagnon ?
467
468 RF : Moi je trouve ça super important. Moi il m'a épaulée depuis le début déjà à la maternité. Je crois
469 que c'est un des seuls pères qui était aussi présent. Il est resté avec moi toutes les nuits, il se levait.
470 Après je ne sais pas comment sont les autres. Mais les sages-femmes me disaient : « Il y en a beaucoup
471 qui foutent le camp et qui disent qu'ils vont rentrer chez eux passer une nuit tranquille. ». Moi il est
472 resté avec moi toutes les nuits. Il a envie de s'impliquer, il s'implique. Non, pour moi c'est un grand
473 soutien. C'est hyper important.
474
475 VD : Dans la gestion quotidienne de la maison il est d'un soutien aussi ? Très présent ?
476
477 RF : Il va faire les courses, il fait à manger.
478
479 VD : Ah super !
480
481 RF : Oui.
482
483 VD : Comme ça vous pouvez vous concentrer sur votre bébé uniquement ?
484
485 RF : Oui, tout à fait.
486
487 VD : Vous n'avez pas d'autres choses à penser pour l'instant ?
488
489 RF : Non.
490
491 VD : D'accord.
492
493 RF : Impossible.
494
495 VD : Et quand vous avez des doutes qui est-ce que vous allez voir ? Ou si vous vous posez des questions
496 à propos de votre bébé, qu'est-ce que vous faites ?
497
498 RF : Je demande à ma maman mais bon ça remonte aussi à super longtemps, ce n'était pas les mêmes
499 choses non plus. Et j'envoie un message à ma sage-femme en lui disant : « Il y a ça ou ça, qu'est-ce que
500 tu penses ? ».
501
502 VD : Ce sont les deux principales personnes ? Vous n'allez pas forcément sur internet voir ce qu'il faut
503 faire ?
504
505 RF : Je ne vais pas dire que je ne regarde pas. Je regarde un peu mais je ne vais pas me fier à 100 % à ce
506 qui est noté.
507
508 VD : D'accord.
509

510 RF : Je préfère avoir une confirmation d'une sage-femme en me disant : « Au moins là je suis dans le
511 bon, c'est sûr. ».

512
513 VD : Plutôt une professionnelle alors ?

514
515 RF : Oui.

516
517 VD : D'accord. Mais pas forcément vos amies parce qu'elles ont des enfants plus grands ?

518
519 RF : Oui. Parce que moi mes principaux questionnements jusqu'à présent c'était autour de l'allaitement,
520 etc. Elles n'ont pas toutes allaité ou quasi pas allaité. Donc je n'avais pas mes réponses chez elles en
521 tout cas. Pour le moment. Ça viendra peut-être dans le futur. Mais pour le moment pas.

522
523 VD : D'accord. Et concernant l'allaitement donc c'est plutôt la sage-femme alors ?

524
525 RF : Oui.

526
527 VD : Et au niveau du change du bébé, lui donner le bain, le faire dormir ?

528
529 RF : Non, ça c'est vraiment les sages-femmes qui m'ont expliqué ça à la maternité. Bon après j'ai un
530 petit filleul qui a 5 ans. Je me suis occupée de lui quand il était petit. Ça ça ne m'a pas perturbée de
531 changer un pampers, de lui donner un bain. Non ça je n'ai pas de stress. Par contre je vois que dès qu'on
532 m'a dit que la température c'était entre 36,5 C° et 37,5 C°, dès qu'il a 37,6 C° ou 37,7 C° je commence
533 à paniquer. Toutes les demi-heures je vais aller reprendre sa température. Je me dis : « Bon, allez,
534 respire, ça va aller ! ». (*rires*).

535
536 VD : Vous n'avez pas dû encore aller aux consultations sans rendez-vous voir un pédiatre ?

537
538 RF : Non.

539
540 VD : Vous trouvez des solutions vous-mêmes à vos problèmes ?

541
542 RF : Oui.

543
544 VD : D'accord. Je regarde un petit peu mes petites questions. Si vous aviez pu rester plus longtemps à
545 la maternité, est-ce que vous auriez voulu rester plus longtemps ?

546
547 RF : Non. J'étais très contente de rentrer chez moi. Après je suis très contente d'être restée le temps
548 que je suis restée finalement, même si au départ je voulais sortir après mes 4 jours, j'étais déjà prête,
549 j'attendais, mes valises étaient dans la voiture et que j'ai pleuré quand on m'a dit que je devais rester
550 encore. Donc en fin de compte je suis contente d'avoir fait ma semaine là parce que ça m'a permis l'air
551 de rien de me reposer parce que c'est quand même plus facile là-bas que chez soi je trouve. Et puis nous
552 à la moindre question on a des professionnels à côté de nous, 24h / 24h. Mais j'étais contente de rentrer
553 chez moi, d'être dans mes affaires, de prendre mes repères avec le petit. Donc j'étais contente de
554 rentrer.

555
556 VD : D'accord. Donc ça vous avait été suffisant ?

557
558 RF : Oui. Mais c'est vrai qu'au début le fait d'avoir comme ça des questions, heureusement l'air de rien
559 que j'ai eu une césarienne, que j'avais les agrafes à enlever et que j'ai dû prendre une sage-femme sinon
560 je ne sais pas comment j'aurais fait.

- 561
562 VD : Si on vous avait proposé le passage d'une sage-femme vous n'auriez peut-être pas...
563
564 RF : Non, j'aurais peut-être dit : « Ecoutez, je verrai bien. »
565
566 VD : Est-ce que vous connaissiez l'existence des sages-femmes ?
567
568 RF : Oui, mais de nouveau on ne m'a pas vraiment expliqué quelle pouvait être ma plus-value par rapport
569 à ça ou je n'ai peut-être pas percuté non plus. C'est comme quand l'O.N.E est passé à l'hôpital, ici je n'ai
570 pas pris non plus parce que j'avais la sage-femme et qu'en soi je ne vais pas le peser 3 fois par jour. Mais
571 on nous bombarde d'infos comme ça alors que moi j'étais dans le cake complet et je ne me suis pas
572 rendu compte des choses. J'ai dit : « Oh je verrai bien et si j'ai besoin, merci, ok, je vous appelle. ». Ici
573 c'était vraiment le fait que j'avais des agrafes à enlever et qu'on m'a dit : « Madame, il faut avoir une
574 sage-femme. ». Et je me suis dit : « Ouh, je n'en ai pas. ». En plus je tombais dans la semaine de carnaval.
575 Super ! Donc j'ai dû vite agir mais de nouveau je ne savais pas regarder. Le soutien de nouveau à
576 l'hôpital... Elles m'ont sorti une liste avec les sages-femmes proches de chez moi en me disant : « Tiens,
577 appelez celle-là, celle-là. »
578
579 VD : C'est de là que vous en avez contacté une et qu'elle est venue à la maison ?
580
581 RF : Oui.
582
583 VD : Ça va. Et votre gynécologue ne vous en avait pas forcément parlé ?
584
585 RF : Non.
586
587 VD : En prénatal, il ou elle avait juste dit c'est bien de faire des prépas ou même pas ?
588
589 RF : Elle m'avait dit : « C'est pas mal. ». Elle m'avait fait faire une prépa à l'hôpital. Une séance où on me
590 posait 36.000 questions sur mes allergies, etc Et puis j'avais dit : « Tiens, qu'est-ce que vous pensez
591 d'une préparation prénatale ? ». Elle m'a dit : « Bah oui, ce n'est pas mal. ». Elle m'a dit : « J'ai plein de
592 cartes de visite dans ma salle d'attente. ». Mais quoi, qui, comment, pour quoi faire ? C'est bien ? Pas
593 bien ? De nouveau, moi le kiné ou une sage-femme je ne voyais pas la différence.
594
595 VD : Hum, hum.
596
597 RF : Vous auriez aimé qu'elle vous dise : « Faites ça et ça et ça » ? Je pense qu'à ce moment-là j'aurais
598 dû être... C'est de ma faute aussi. C'est peut-être moi qui aurais dû plus me renseigner. Je suis quelqu'un
599 de très autonome donc peut-être qu'elle a jugé que je gèrerais ça. Mais je ne l'ai pas géré en fait.
600
601 VD : D'accord. Pour vous ça allait être fluide, ça allait rouler, ça allait marcher droit.
602
603 RF : Exact. Je ne vois pas pourquoi ça n'aurait pas marché chez moi et que ça aurait marché avec toutes
604 les autres.
605
606 VD : Est-ce que vous pensez que toutes les mamans disent tout ? Toutes leurs difficultés ? Est-ce que
607 vous pensez que vos copines vous auraient caché des choses ?
608
609 RF : Non, caché des choses, non. Mais je pense que de nouveau avec le temps qui passe, puisque ce
610 n'est plus récent pour elles. Elles sont moins dans l'émotionnel que ce que j'ai pu être. Je pense que
611 moi aussi maintenant déjà avec le recul quand je vois que j'ai appelé une fois ou j'ai envoyé un message

612 un jour à ma sage-femme à minuit parce que j'étais au bout du scotch, il ne voulait pas manger et que
 613 j'étais prête à aller aux urgences pour qu'on me donne un tire-lait pour tirer mon lait et lui donner au
 614 biberon. J'étais vraiment... Et je me dis : « Allez, mais comment j'ai pu envoyer un message à minuit, il
 615 fallait que je me calme, il fallait qu'il se calme ». Mais je pense que le fait que moi j'étais fort dans
 616 l'émotionnel... Je pense qu'elles ne le sont plus du tout et ont oublié les choses. Je pense qu'on oublie
 617 aussi.

618
 619 VD : (*rires*). Heureusement.

620
 621 RF : Heureusement, oui.

622
 623 VD : Quand vous dites que vous avez été au bout du scotch, vous avez été au bout jusqu'à quel point ?

624
 625 RF : C'est la fatigue moi parce que j'ai eu des gros problèmes d'insomnie vraiment. Enceinte je dormais
 626 déjà 2-3 heures par nuit pendant bien 2-3 mois et puis tout s'est accéléré. Je ne m'attendais pas à avoir
 627 une césarienne le 20 février. Je travaillais encore. J'ai travaillé jusque-là veille. J'ai fait une échographie
 628 et puis on l'a programmé et on m'a dit : « Ok, c'est après-demain ! ». « Oups ». Voilà donc je n'ai pas eu
 629 le temps de me reposer... Heureusement je suis quelqu'un de contrôlé. Donc au niveau de la maison,
 630 des affaires, etc. je n'avais plus rien à aller acheter. Mais voilà, du jour au lendemain ta vie change. Je
 631 n'ai pas eu le temps de me reposer. Tout est arrivé comme ça super vite.

632
 633 VD : Donc le fait d'avoir travaillé ça ne vous a peut-être pas permis de vous préparer ?

634
 635 RF : Préparer oui mais pas me reposer. Moi normalement j'accouchais début mars. J'avais ma semaine
 636 légale de congé, enfin de repos de maternité et j'avais mis une semaine de congé avant. Et ici je n'ai
 637 rien eu. Je travaillais le mercredi et le jeudi j'avais ma césarienne. Plus mes insomnies d'avant, j'étais
 638 déjà fatiguée en arrivant et puis mes nuits blanches avec le petit j'étais vraiment épuisée.

639
 640 VD : Hum, hum. Au bout du rouleau ?

641
 642 RF : Oui.

643
 644 VD : Et ça va maintenant avec l'allaitement mixte que vous avez mis en place ?

645
 646 RF : Oui, bon après c'est dans ma personnalité je suis une grosse dormeuse et quand on touche mon
 647 sommeil c'est quelque chose de très compliqué. Mais après quand je le vois je suis contente de me lever
 648 mais j'ai quand même du mal à me lever j'avoue. Mais en fait ce qu'il y a c'est que comme il s'endormait
 649 tout le temps c'était pénible ça durait des heures maintenant je me rends compte que oui effectivement
 650 un biberon quelle facilité. Après je ne sais pas comment se passe l'allaitement pour les autres. Me lever,
 651 le chauffer, lui donner et lui faire faire son rot, le bercer, c'est une demi-heure grand maximum montre
 652 en main. Ce qui pouvait durer une heure et demie en pleine nuit avant avec une tétée. Et encore parfois
 653 je ne dormais même plus parce que comme je vous le disais moi il s'endormait au sein. En fait il n'était
 654 jamais rassasié. Et dès que je le posais il pleurait.

655
 656 VD : D'accord.

657
 658 RF : Donc on recommençait.

659
 660 VD : On le remettait au sein, c'était reparti ?

661
 662 RF : On le remettait, c'était reparti, 3 petites tétées puis il se rendormait, je le reposais, c'était l'horreur.

- 663
664 VD : Infernal. D'accord.
665
666 RF : Honnêtement si j'ai un deuxième, c'est horrible à dire, parce que j'aime ce contact, je suis contente
667 de pouvoir lui apporter ce dont il a besoin et je suis convaincue que c'est meilleur, mais je trouve que
668 c'est une dépendance de fou. Vraiment !
669
670 VD : Justement j'allais par la question en disant : « Si vous étiez de nouveau enceinte, avec votre
671 nouveau regard et votre expérience de jeune maman, qu'est-ce que vous auriez changé et/ou
672 gardé durant la grossesse, la maternité et le retour à la maison ?
673
674 RF : Alors pendant la grossesse, pas grand-chose tout s'est vraiment bien passé, j'ai eu un bon suivi de
675 ma gynéco, donc pour ça je n'ai rien à dire. Par rapport à la préparation oui, même si c'est un deuxième,
676 je crois que je prendrai quand même contact avec une sage-femme pour avoir quelqu'un qui puisse
677 répondre à mes questions, me donner peut-être d'autres informations. Bon après j'en aurai déjà eu un
678 donc il y a peut-être certaines choses où je dirai : « Oui, c'est bon, ça je sais ! ». Mais voilà, je crois que
679 je prendrai quand même contact avec une sage-femme au préalable. Après je continuerai ce contact
680 avec une sage-femme. Mais je pense qu'un deuxième c'est plus facile. Je ne sais pas je ne vais pas
681 m'avancer parce que je pensais qu'un premier c'était... C'est autre chose un deuxième. Non mais je suis
682 admirative, en fait je l'ai dit à toutes mes copines qui en ont deux. Je suis admirative des femmes qui en
683 ont deux parce que je me dis : « Les nuits blanches, les pleurs, les bazars, et avec un nourrisson et un
684 autre petit, je ne sais pas comment elles font. Moi c'est respect !
685
686 VD : Vous avez changé votre vision depuis que vous êtes maman ?
687
688 RF : Ah oui franchement ! Je me dis, je ne sais pas : « Si j'avais un enfant de 2-3 ans ou plus mais encore
689 petit, je ne sais pas comment je pourrais gérer ».
690
691 VD : Ça vous fait peur ?
692
693 RF : Bah oui, je me dis il faut pouvoir garder de l'attention encore à l'autre et en même temps avoir un
694 nouveau-né qui demande 100 % de disponibilité. Et c'est vrai que moi il va me réveiller à 6h ou 7h, ça
695 dépend, pour pouvoir téter. Après il redort, moi je dors avec, ça m'arrive parfois de me lever à 10h. Je
696 me dis : « Si j'en ai un deuxième qui m'attend, que je dois apprêter, donner à manger, conduire à
697 l'école... Je ne suis pas capable. Je ne sais pas comment elles font.
698
699 VD : Je ne sais pas non plus. (*rires*). Et au niveau de l'allaitement, au niveau du suivi à domicile là vous
700 changeriez quelque chose ?
701
702 RF : Bah maintenant j'ai une sage-femme, je suis contente. Je la garderai pour les petites questions.
703 Parce qu'après un enfant n'est pas l'autre donc je ne sais pas si le ou la deuxième ce serait pareil, au
704 niveau de l'allaitement est-ce que j'aurais plus facile, est-ce que j'aurais plus difficile ? Je n'en sais rien.
705 Mais en tout cas je garderai un contact avec une sage-femme pour pouvoir me soutenir là-dedans en
706 tout cas. Et puis maintenant ce sont des bêtes questions aussi, moi c'est commencer le sevrage tout
707 doucement. Donc j'ai aussi des questions par rapport à ça. Donc je pense que c'est important de garder
708 un contact avec une sage-femme, avoir un accompagnement en tout cas à ce niveau-là. Et puis aussi,
709 parce que c'est des conneries, comme je commence l'allaitement mixte. Sur les boîtes de lait ils donnent
710 les doses, etc. Mais un bébé n'est pas l'autre. Moi mon bébé quand je vois par rapport à d'autres il fait
711 déjà 2 kilos de plus, donc il ne mange pas la même chose. Mais ça je ne sais pas le deviner. Moi si je lis
712 la boîte il doit manger toutes les 5 heures alors qu'il doit manger toutes les 3 heures. Enfin 3-4 heures.

713 Mais donc tout ça moi... Sinon moi j'applique ce que je lis comme je suis cartésienne. Donc je pense que
714 c'est important d'être entourée.

715
716 VD : Pour le retour à la maison. Par un professionnel et par l'entourage ?

717
718 RF : Mais l'entourage oui pour moi c'est important s'ils sont dedans. Ou si ça a été dedans récemment.
719 Si c'est loin... Moi je vois ma sœur, elle a un petit garçon de 5 ans, quand je lui posais des questions, déjà
720 elle n'a pas allaité ensuite quand je lui parlais des biberons et des choses comme ça, les doses elle me
721 disait que c'était 8 biberons par jour. Moi je ne dois pas donner 8 biberons. On ne parle pas de la même
722 chose. Et donc il faut que ce soit vraiment très proche comme vécu pour pouvoir répondre à mes
723 questions. Sinon c'est trop vague et moi il me faut des réponses précises.

724
725 VD : Et là dans votre entourage il n'y a vraiment personne qui a un enfant de cet âge-là ?

726
727 RF : Non, mais bon je suis déjà âgée aussi.

728
729 VD : Bah pas tellement. (*rires*).

730
731 RF : Non mais pour avoir un premier bébé et encore un petit comme ça.

732
733 VD : A 38 ans.

734
735 RF : A 38 ans pour un premier c'est dur

736
737 VD : Et si vous aviez la possibilité de rencontrer des mamans de votre quartier qui ont des enfants du
738 même âge ? Est-ce que c'est quelque chose qui vous plairait ? Ou pas trop ?

739
740 RF : Je ne crois pas que j'aurais été, honnêtement. Parce que de nouveau, est-ce que ça tombait au
741 moment où j'étais bien, est-ce que je savais y aller, est-ce que lui était calme, est-ce que je serais partie
742 sereine. Je ne suis pas convaincue.

743
744 VD : D'accord. Ce n'est pas quelque chose qui vous aurait plu ?

745
746 RF : Pas après en tout cas, la disponibilité je ne suis pas sûre que je l'aurais eue au moment où ça aurait
747 été organisé.

748
749 VD : Oui. Et maintenant qu'il est plus calme ?

750
751 RF : Maintenant qu'il est plus calme peut-être que je le ferais, oui.

752
753 VD : Maintenant que vous avez trouvé un peu un rythme, un certain rythme ?

754
755 RF : Maintenant je pourrais dire effectivement. Mais en plus comme j'allais exclusivement. Comme c'est
756 à la demande, je n'aurais jamais été.

757
758 VD : Parce que ça aurait été un allaitement en public ?

759
760 RF : Oui. Ou je l'aurais laissé chez moi mais alors j'aurais été super anxieuse de me dire : « Est-ce qu'il
761 demande, est-ce qu'il pleure, est-ce qu'il a faim, comment mon mari gère ? ». Donc je n'en aurais pas
762 profité.

763

- 764 VD : D'accord. Ça va. Et bien c'est super gentil ! Vous avez d'autres idées qui vous viennent ?
765
- 766 RF : Non, pas comme ça. Si j'en ai j'envoie un petit message.
767
- 768 VD : C'est gentil.
769
- 770 RF : Ça va ?
771
- 772 VD : Oui.
773
- 774 RF : Ça va, ça vous a aidée ?
775
- 776 VD : Oui, oui. C'était parfait ! Merci.
777
- 778 RF : Avec plaisir !
779
- 780 VD : Je vais terminer en lisant la petite conclusion. Ça vous va ? Je vous remercie d'avoir pris le temps
781 de participer à la réalisation de mon mémoire ainsi que d'avoir partagé avec moi votre vécu concernant
782 cette grande période de votre vie. Si vous le souhaitez par la suite, vous pouvez me contacter sur mon
783 GSM. Je peux également, si vous le souhaitez, mettre à votre disposition les résultats de ma recherche.
784 Je retiendrai les différents points suivants c'est qu'effectivement le début de votre maternité a été
785 chamboulé par la fatigue, les pleurs de votre bébé qui vous ont beaucoup perturbée mais que
786 maintenant vous avez l'air d'avoir trouvé les solutions à ces problèmes. Vous êtes allés voir le pédiatre
787 qui a résolu le frein de langue. Vous avez mis en place un allaitement mixte aussi qui a pu vous soulager
788 au niveau de votre sommeil la nuit et favoriser le fait que le papa prenne le relai. Donc en fait vous avez
789 trouvé des solutions toute seule à vos problèmes sans forcément l'aide d'une tierce personne. Je vous
790 remercie également de m'avoir permis de vous appeler, de pouvoir avoir eu cet échange vidéo.
791
- 792 RF : Avec plaisir.
793
- 794 VD : L'entretien est à présent fini. Merci à vous.
795
- 796 RF : Merci.