

2016-2017

THÈSE

pour le

DIPLÔME D'ÉTAT DE DOCTEUR EN MÉDECINE

Qualification en MEDECINE GENERALE

VECU INTIME DES COUPLES A L'ARRIVEE DU PREMIER ENFANT

UNE ETUDE QUALITATIVE A PARTIR DE DIX
ENTRETIENS DE COUPLES

HAUTREUX Elsa |

Née le 01/03/1988 à Cherbourg (50)

MORGAND Stéphanie |

Née le 27/08/1987 à Privas (07)

Sous la direction du Dr **MASSON-BELLANGER Cécile** |

Membres du jury

Professeur GARNIER François | Président

Docteur MASSON-BELLANGER Cécile | Directrice

Professeur BARON Céline | Membre

Professeur GASCOIN Géraldine | Membre

Madame VEUILLET-COMBIER Claudine | Membre

Soutenue publiquement le :
5 juillet 2017



UFR SANTÉ

ENGAGEMENT DE NON PLAGIAT

Nous, soussignées HAUTREUX Elsa et MORGAND Stéphanie, déclarons être pleinement conscientes que le plagiat de documents ou d'une partie d'un document publiée sur toutes formes de support, y compris l'internet, constitue une violation des droits d'auteur ainsi qu'une fraude caractérisée. En conséquence, nous nous engageons à citer toutes les sources que nous avons utilisées pour écrire ce rapport ou mémoire.

signé par les étudiantes le **05/06/2017**

LISTE DES ENSEIGNANTS DE L'UFR SANTÉ D'ANGERS

Directeur de l'UFR : Pr Isabelle RICHARD

Directeur adjoint de l'UFR et directeur du département de pharmacie : Pr Frédéric LAGARCE

Directeur du département de médecine : Pr Nicolas LEROLLE

PROFESSEURS DES UNIVERSITÉS

ABRAHAM Pierre	Physiologie	Médecine
ASFAR Pierre	Réanimation	Médecine
AUBE Christophe	Radiologie et imagerie médicale	Médecine
AUDRAN Maurice	Rhumatologie	Médecine
AZZOUZI Abdel Rahmène	Urologie	Médecine
BARON-HAURY Céline	Médecine générale	Médecine
BARTHELAIX Annick	Biologie cellulaire	Médecine
BATAILLE François-Régis	Hématologie ; transfusion	Médecine
BAUFRETON Christophe	Chirurgie thoracique et cardiovasculaire	Médecine
BEAUCHET Olivier	Gériatrie et biologie du vieillissement	Médecine
BENOIT Jean-Pierre	Pharmacotechnie	Pharmacie
BEYDON Laurent	Anesthésiologie-réanimation	Médecine
BIZOT Pascal	Chirurgie orthopédique et traumatologique	Médecine
BONNEAU Dominique	Génétique	Médecine
BOUCHARA Jean-Philippe	Parasitologie et mycologie	Médecine
BRIET Marie	Pharmacologie	Médecine
CAILLIEZ Eric	Médecine générale	Médecine
CALES Paul	Gastroentérologie ; hépatologie	Médecine
CAMPONE Mario	Cancérologie ; radiothérapie	Médecine
CAROLI-BOSC François-Xavier	Gastroentérologie ; hépatologie	Médecine
CHABASSE Dominique	Parasitologie et mycologie	Médecine
CHAPPARD Daniel	Cytologie et histologie	Médecine
CONNAN Laurent	Médecine générale	Médecine
COUTANT Régis	Pédiatrie	Médecine
COUTURIER Olivier	Biophysique et médecine nucléaire	Médecine
CUSTAUD Marc-Antoine	Physiologie	Médecine
DARSONVAL Vincent	Chirurgie plastique, reconstructrice et esthétique	Médecine
DE BRUX Jean-Louis	Chirurgie thoracique et cardiovasculaire	Médecine
DESCAMPS Philippe	Gynécologie-obstétrique	Médecine
DIQUET Bertrand	Pharmacologie	Médecine
DUVAL Olivier	Chimie thérapeutique	Pharmacie
DUVERGER Philippe	Pédopsychiatrie	Médecine
ENON Bernard	Chirurgie vasculaire ; médecine vasculaire	Médecine
EVEILLARD Mathieu	Bactériologie-virologie	Pharmacie
FANELLO Serge	Épidémiologie ; économie de la santé et prévention	Médecine
FAURE Sébastien	Pharmacologie physiologie	Pharmacie
FOURNIER Henri-Dominique	Anatomie	Médecine
FURBER Alain	Cardiologie	Médecine
GAGNADOUX Frédéric	Pneumologie	Médecine
GARNIER François	Médecine générale	Médecine
GARRE Jean-Bernard	Psychiatrie d'adultes	Médecine
GOHIER Bénédicte	Psychiatrie d'adultes	Médecine
GRANRY Jean-Claude	Anesthésiologie-réanimation	Médecine
GUARDIOLA Philippe	Hématologie ; transfusion	Médecine
GUILET David	Chimie analytique	Pharmacie
HAMY Antoine	Chirurgie générale	Médecine
HUEZ Jean-François	Médecine générale	Médecine
HUNAUULT-BERGER Mathilde	Hématologie ; transfusion	Médecine

IFRAH Norbert	Hématologie ; transfusion	Médecine
JARDEL Alain	Physiologie	Pharmacie
JEANNIN Pascale	Immunologie	Médecine
JOLY-GUILLOU Marie-Laure	Bactériologie-virologie ; hygiène hospitalière	Médecine
LACCOURREYE Laurent	Oto-rhino-laryngologie	Médecine
LAGARCE Frédéric	Biopharmacie	Pharmacie
LARCHER Gérard	Biochimie et biologie moléculaires	Pharmacie
LASOCKI Sigismond	Anesthésiologie-réanimation	Médecine
LAUMONIER Frédéric	Chirurgie infantile	Médecine
LEFTHERIOTIS Georges	Physiologie	Médecine
LEGRAND Erick	Rhumatologie	Médecine
LERMITE Emilie	Chirurgie générale	Médecine
LEROLLE Nicolas	Réanimation	Médecine
LUNEL-FABIANI Françoise	Bactériologie-virologie ; hygiène hospitalière	Médecine
MARCHAIS Véronique	Bactériologie-virologie	Pharmacie
MARTIN Ludovic	Dermato-vénérologie	Médecine
MENEI Philippe	Neurochirurgie	Médecine
MERCAT Alain	Réanimation	Médecine
MERCIER Philippe	Anatomie	Médecine
MILEA Dan	Ophtalmologie	Médecine
PAPON Nicolas	Parasitologie mycologie	Pharmacie
PASSIRANI Catherine	Chimie générale	Pharmacie
PELLIER Isabelle	Pédiatrie	Médecine
PICHARD Eric	Maladies infectieuses ; maladies tropicales	Médecine
PICQUET Jean	Chirurgie vasculaire ; médecine vasculaire	Médecine
PODEVIN Guillaume	Chirurgie infantile	Médecine
PROCACCIO Vincent	Génétique	Médecine
PRUNIER Fabrice	Cardiologie	Médecine
REYNIER Pascal	Biochimie et biologie moléculaire	Médecine
RICHARD Isabelle	Médecine physique et de réadaptation	Médecine
RICHOMME Pascal	Pharmacognosie	Pharmacie
RODIEN Patrice	Endocrinologie, diabète et maladies métaboliques	Médecine
ROHMER Vincent	Endocrinologie, diabète et maladies métaboliques	Médecine
ROQUELAURE Yves	Médecine et santé au travail	Médecine
ROUGE-MAILLART Clotilde	Médecine légale et droit de la santé	Médecine
ROUSSEAU Audrey	Anatomie et cytologie pathologiques	Médecine
ROUSSEAU Pascal	Chirurgie plastique, reconstructrice et esthétique	Médecine
ROUSSELET M-Christine	Anatomie et cytologie pathologiques	Médecine
ROY Pierre-Marie	Thérapeutique ; médecine d'urgence	Médecine
SAINT-ANDRE Jean-Paul	Anatomie et cytologie pathologiques	Médecine
SAULNIER Patrick	Biophysique pharmaceutique et biostatistique	Pharmacie
SENTILHES Loïc	Gynécologie-obstétrique	Médecine
SERAPHIN Denis	Chimie organique	Pharmacie
SUBRA Jean-François	Néphrologie	Médecine
UGO Valérie	Hématologie ; transfusion	Médecine
URBAN Thierry	Pneumologie	Médecine
VENIER Marie-Claire	Pharmacotechnie	Pharmacie
VERNY Christophe	Neurologie	Médecine
WILLOTEAUX Serge	Radiologie et imagerie médicale	Médecine
ZAHAR Jean-Ralph	Bactériologie-virologie ; hygiène hospitalière	Médecine
ZANDECKI Marc	Hématologie ; transfusion	Médecine

MAÎTRES DE CONFÉRENCES

ANNAIX Véronique	Biochimie et biologie moléculaires	Pharmacie
ANNWEILER Cédric	Gériatrie et biologie du vieillissement	Médecine
AUGUSTO Jean-François	Néphrologie	Médecine
BAGLIN Isabelle	Pharmaco-chimie	Pharmacie
BASTIAT Guillaume	Biophysique et biostatistique	Pharmacie
BEAUVILLAIN Céline	Immunologie	Médecine

BELIZNA Cristina	Médecine interne	Médecine
BELLANGER William	Médecine générale	Médecine
BENOIT Jacqueline	Pharmacologie et pharmacocinétique	Pharmacie
BIGOT Pierre	Urologie	Médecine
BLANCHET Odile	Hématologie ; transfusion	Médecine
BOISARD Séverine	Chimie analytique	Pharmacie
BOURSIER Jérôme	Gastroentérologie ; hépatologie	Médecine
CAPITAIN Olivier	Cancérologie ; radiothérapie	Médecine
CASSEREAU Julien	Neurologie	Médecine
CHEVAILLER Alain	Immunologie	Médecine
CHEVALIER Sylvie	Biologie cellulaire	Médecine
CLERE Nicolas	Pharmacologie	Pharmacie
CRONIER Patrick	Chirurgie orthopédique et traumatologique	Médecine
DE CASABIANCA Catherine	Médecine générale	Médecine
DERBRE Séverine	Pharmacognosie	Pharmacie
DESHAYES Caroline	Bactériologie virologie	Pharmacie
DINOMAS Mickaël	Médecine physique et de réadaptation	Médecine
DUCANCELLE Alexandra	Bactériologie-virologie ; hygiène hospitalière	Médecine
FERRE Marc	Biologie moléculaire	Médecine
FLEURY Maxime	Immunologie	Pharmacie
FORTRAT Jacques-Olivier	Physiologie	Médecine
HELESBEUX Jean-Jacques	Chimie organique	Pharmacie
HINDRE François	Biophysique	Médecine
JEANGUILLAUME Christian	Biophysique et médecine nucléaire	Médecine
JOUSSET-THULLIER Nathalie	Médecine légale et droit de la santé	Médecine
KEMPF Marie	Bactériologie-virologie ; hygiène hospitalière	Médecine
LACOEUILLE Franck	Biophysique et médecine nucléaire	Médecine
LANDREAU Anne	Botanique	Pharmacie
LE RAY-RICHOMME Anne-Marie	Valorisation des substances naturelles	Pharmacie
LEPELTIER Elise	Chimie générale Nonovectorisation	Pharmacie
LETOURNEL Franck	Biologie cellulaire	Médecine
LIBOUBAN Hélène	Histologie	Médecine
MALLET Sabine	Chimie Analytique et bromatologie	Pharmacie
MAROT Agnès	Parasitologie et mycologie médicale	Pharmacie
MAY-PANLOUP Pascale	Biologie et médecine du développement et de la reproduction	Médecine
MESLIER Nicole	Physiologie	Médecine
MOUILLIE Jean-Marc	Philosophie	Médecine
NAIL BILLAUD Sandrine	Immunologie	Pharmacie
PAPON Xavier	Anatomie	Médecine
PASCO-PAPON Anne	Radiologie et imagerie médicale	Médecine
PECH Brigitte	Pharmacotechnie	Pharmacie
PENCHAUD Anne-Laurence	Sociologie	Médecine
PETIT Audrey	Médecine et santé au travail	Médecine
PIHET Marc	Parasitologie et mycologie	Médecine
PRUNIER Delphine	Biochimie et biologie moléculaire	Médecine
RIOU Jérémie	Biostatistique	Pharmacie
ROGER Emilie	Pharmacotechnie	Pharmacie
SCHINKOWITZ Andréas	Pharmacognosie	Pharmacie
SIMARD Gilles	Biochimie et biologie moléculaire	Médecine
TANGUY-SCHMIDT Aline	Hématologie ; transfusion	Médecine
TRICAUD Anne	Biologie cellulaire	Pharmacie
TURCANT Alain	Pharmacologie	Médecine

AUTRES ENSEIGNANTS

AMIARD Stéphane	Informatique	Médecine
AUTRET Erwan	Anglais	Médecine
BRUNOIS-DEBU Isabelle	Anglais	Pharmacie
CAVAILLON Pascal	Pharmacie Industrielle	Pharmacie

CHIKH Yamina
FISBACH Martine
LAFFILHE Jean-Louis
LETERTRE Elisabeth
O'SULLIVAN Kayleigh

Économie-Gestion
Anglais
Officine
Coordination ingénierie de formation
Anglais

Médecine
Médecine
Pharmacie
Médecine
Médecine

Remerciements communs :

Au Docteur Cécile Masson-Bellanger,
pour la confiance que vous nous avez accordée en acceptant de nous guider dans ce travail, pour votre accompagnement patient et bienveillant, votre disponibilité et vos conseils pertinents.

Au Professeur François Garnier,
pour avoir accepté de présider notre jury. C'est votre cours sur la sexualité qui nous a inspiré ce sujet.

Au Professeur Céline Baron, au Professeur Géraldine Gascoin et à Madame Claudine Veuillet-Combier,
Vous avez accepté de juger ce travail, veuillez trouver ici l'expression de nos sincères remerciements et de notre profond respect.

Aux médecins recruteurs, pour leur implication et leur aide précieuse et surtout aux couples, pour avoir partagé leur histoire avec nous.

Remerciements de Stéphanie :

A Elsa,
pour ta motivation à toute épreuve et ta complémentarité, pour ton amitié qui a agrémenté ce travail.

A ma famille et tout particulièrement à mes parents,
pour leur soutien sans faille depuis le début.

A mes amis,
pour les moments de joie, les parenthèses de détente qui ont rendu ces années d'études plus légères.

A Valentin,
pour ce que tu m'apportes sur le plan personnel comme professionnel, par ton regard extérieur.

A tous les médecins rencontrés au fil de mes stages qui, par le partage de leur expérience et de leurs pratiques, ont suscité puis largement conforté mon choix dans la médecine générale.

Remerciements d'Elsa :

A Stéphanie, pour avoir égayé ce long travail d'équipe.

A ma marraine, mon parrain et mes maîtres de stage pour m'avoir donné envie d'exercer ce beau métier.

A ma famille et mes amis pour leur soutien et leur aide tout au long de ce parcours.

Plan

RESUME

INTRODUCTION

DEFINITIONS ET CONCEPTS

MÉTHODES

1. **Type d'étude**
2. **Sélection de la population**
3. **Recrutement**
4. **Entretiens**
5. **Analyse**
6. **Aspects éthiques**

RÉSULTATS

1. **Caractéristiques de la population étudiée**
2. **Données recueillies**
 - 2.1. Une « histoire naturelle » du couple, avec des phases incontournables
 - 2.1.1. Un désir à l'épreuve
 - 2.1.2. Un réaménagement du désir
 - 2.1.3. Une reprise progressive de la sexualité
 - 2.1.4. Un équilibre conjugal qui tend à revenir au sein de la dynamique familiale
 - 2.1.5. Regard des couples sur cette période de transition
 - 2.2. Des singularités
 - 2.2.1. Une mère en souffrance
 - 2.2.2. Un père en difficulté
 - 2.2.3. Le « bébé symptôme »
 - 2.3. Attentes des couples en difficulté et place du professionnel de santé
 - 2.4. Impact de l'entretien sur les couples : les effets de la « narrativité conjugale »

DISCUSSION

1. **Résultats principaux**
2. **Forces et faiblesses**
 - 2.1. Forces de l'étude
 - 2.2. Faiblesses de l'étude
3. **Confrontation des résultats aux données de la littérature**
 - 3.1. Résultats concordants avec les études antérieures
 - 3.2. Données absentes de nos résultats
 - 3.3. Apports de l'étude par rapport aux études antérieures
4. **Perspectives**

BIBLIOGRAPHIE

TABLE DES MATIERES

ANNEXES

- ANNEXE 1 : LETTRE D'INFORMATION AUX PROFESSIONNELS DE SANTE
- ANNEXE 2 : LETTRE D'INFORMATION AUX COUPLES
- ANNEXE 3 : GUIDE D'ENTRETIEN
- ANNEXE 4 : AVIS DU COMITE D'ETHIQUE
- ANNEXE 5 : FORMULAIRE DE CONSENTEMENT
- ANNEXE 6 : VERBATIM

VECU INTIME DES COUPLES A L'ARRIVEE DU PREMIER ENFANT : UNE ETUDE QUALITATIVE A PARTIR DE DIX ENTRETIENS DE COUPLE

HAUTREUX Elsa et MORGAND Stéphanie

Répartition du travail :

Le sujet de la thèse a été élaboré conjointement.

Chaque auteure a mené cinq entretiens.

La retranscription des verbatim a été répartie équitablement. Chaque verbatim était retranscrit par l'auteure qui l'avait mené.

Une analyse thématique inductive du contenu des dix verbatim a été réalisée par chaque auteure permettant un double codage. Puis une triangulation des données a été faite avec la directrice de thèse.

Les deux auteures ont travaillé conjointement à la rédaction de l'ensemble des parties de la thèse.

RESUME

Introduction : L'année suivant l'arrivée du premier enfant est une période de fragilité pour le couple et pour sa sexualité. La plupart des études sur le sujet s'intéressent soit à la mère, soit au père. L'objectif de cette étude était d'explorer le vécu intime des couples pendant cette période et de recueillir leurs attentes envers le médecin généraliste.

Méthodes : Une étude qualitative par entretiens semi-dirigés de dix couples a été réalisée entre quatre et douze mois après la naissance du premier enfant. Le recrutement s'est fait par l'intermédiaire de médecins.

Résultats : L'arrivée du premier enfant entraînait de profonds changements dans l'intimité du couple. Nous avons mis en évidence plusieurs phases : une absence de désir, un retour du désir plus précoce pour l'homme que pour la femme avec une adaptation de chacun, une phase de tâtonnements et d'adaptation puis le retour à un nouvel équilibre entre le parental, le conjugal et le temps pour soi. Les couples mettaient en avant l'importance d'un soutien mutuel et d'une communication de qualité entre eux. Chaque histoire était cependant singulière et cette période de transition pouvait être source de souffrance et mettre en difficulté les couples. Ils attendaient du professionnel de santé qu'il soit disponible et rassurant et propose si besoin une consultation dédiée en couple. D'autant que notre étude mettait en évidence les bénéfices inattendus d'une narrativité conjugale.

Conclusion : L'année suivant la naissance du premier enfant est une période de bouleversements vécue de façon positive par les couples. Le professionnel de santé peut être une personne ressource s'il se montre bienveillant et attentif à certains facteurs comme la communication dans le couple, la présence d'un réseau soutenant ou des situations à risques pour l'équilibre conjugal.

INTRODUCTION

L'année suivant l'arrivée du premier enfant est une période de fragilité pour le couple, comme le qualifie le terme « Baby-clash », de Bernard Geberowicz (1) tandis que Monique Bydlowski parle de « crise parentale de la première naissance » (2). En effet, la naissance du premier enfant peut avoir un impact négatif sur la relation de couple et sur sa sexualité (3,4). D'autres études semblent cependant nuancer ce constat : la majorité des mères et des pères, bien que souvent insatisfaits dans leur sexualité, seraient vraiment heureux dans leur relation de couple (5).

Le post-partum est une période à risque d'apparition d'un dysfonctionnement sexuel dans le couple. Cela peut se manifester par une baisse du désir, un délai parfois important avant la reprise des rapports, une diminution de leur fréquence, des dyspareunies ou une anorgasmie (6-10). Beaucoup d'études font le lien entre ces difficultés et l'allaitement maternel (7,10-12), les accouchements instrumentaux (11,13-15) ou la réalisation d'une épisiotomie (13,14). Au contraire, d'autres travaux affirment qu'il n'y a pas de corrélation entre les troubles sexuels et ces facteurs physiques (12,16-18), les attribuant plus aux changements psychologiques et au manque de communication et de compréhension au sein du couple (19).

Le médecin généraliste pourrait se placer en personne ressource pour les couples qui traversent cette période. En effet, la question de la sexualité et plus largement de la conjugalité a sa place en consultation de médecine générale, puisque la définition de la santé s'étend au-delà de l'organique, aux dimensions psychique et sociale. L'OMS a d'ailleurs proposé une définition de la santé sexuelle en 2006 (20).

Or, la plupart du temps, il n'y a pas d'échange autour de la question du couple et de sa sexualité en consultation (21-23), du fait de barrières autant du côté du médecin que des « primiparents ». Du point de vue du professionnel de santé, le caractère tabou avec la peur d'être intrusif (21) et un manque de connaissances dans ce domaine peuvent être dissuasifs (21). Du point de vue des couples, le fait que certains n'osent déjà pas aborder ces difficultés entre eux ou encore la

perception que les problèmes se résoudre d'eux-mêmes (23) peuvent expliquer que seulement 15% des femmes en difficulté sexuelle dans le post-partum en discutent en consultation (22).

La visite post-natale est l'occasion pour le médecin généraliste d'aborder ce sujet, comme le précise l'INPES dans sa Fiche Action : Couple, sexualité et contraception de 2010 (24). Néanmoins, cette consultation portant essentiellement sur des aspects somatiques (examen du périnée, contraception, mise à jour du frottis) et de contenu assez dense, laisse peu de temps au médecin pour aborder la question de la sexualité et au sens plus large, le bien-être du couple. La HAS et le CNGOF donnent très peu de recommandations sur son contenu en ce qui concerne la sexualité (25,26). De plus, son approche est centrée sur la femme et la présence du père n'est pas requise. Mais la transition vers la parentalité affecte tout autant les hommes que les femmes bien que de façon différente (3,27-29) et plus de la moitié des hommes apprécieraient qu'un professionnel de santé aborde avec eux la question de la reprise des rapports sexuels après l'accouchement (30). De même, les femmes souhaitent la présence de leur conjoint lors de la délivrance des informations sur la sexualité (31).

Il existe beaucoup d'études portant soit sur les femmes, soit sur leurs conjoints mais peu concernant les couples. De même, la littérature sur le sujet comporte beaucoup plus de recherches sur les facteurs biomédicaux que sur les facteurs psychosociaux et relationnels en jeu alors qu'une meilleure compréhension de ces phénomènes par les professionnels permettrait de mieux aider les couples durant cette période (32).

L'objectif principal de cette étude était d'explorer le vécu intime des couples à l'arrivée du premier enfant. L'objectif secondaire était de recueillir les attentes des jeunes parents envers leur médecin généraliste.

DEFINITIONS ET CONCEPTS

Il nous semblait important de définir succinctement certains concepts que nous allons largement employer au cours de notre travail. Parmi les nombreuses définitions proposées dans les ouvrages de Psychologie et de Sociologie, nous avons choisi celles qui semblaient le plus en adéquation avec notre sujet de recherche.

La conjugalité

La conjugalité désigne ce qui relève du couple conjugal. Il se constitue « sur la base du sentiment amoureux. » (33). Il existe à partir du moment où les personnes se définissent comme couple et sont définies comme tel par l'entourage : « un couple ne commence à exister que quand les deux partenaires de la rencontre amoureuse se pensent « couple », se disent être un couple. ». Le couple conjugal s'inscrit dans la durée avec l'idée d'un « projet commun » (34).

La parentalité

Selon Catherine Sellenet, elle se définit comme « l'ensemble des droits et des devoirs, des réaménagements psychiques et des affects, des pratiques de soin et d'éducation, mis en œuvre pour un enfant par un parent (de droit ou électif), indifféremment de la configuration familiale choisie » (35). Cette définition nous paraît être la plus précise puisqu'elle reprend les différents aspects de la parentalité définis par Didier Houzel (36) et s'étend au-delà du couple parental traditionnel. Dans notre étude, les couples accèdent pour la première fois à la parentalité. Cette période de « transition » est définie par Isabelle Roskam, comme un événement de vie majeur du développement à l'âge adulte, une crise susceptible d'entraîner des changements bio-psycho-sociaux chez l'individu, impliquant une réorganisation du Soi et de l'environnement (37).

L'intimité

L'intimité conjugale réfère aux trois composantes suivantes :

- « - le partage avec l'autre de ses pensées, de ses rêves et de ses croyances ;
- la sexualité en termes d'attachement et d'échange d'affection plutôt que les relations sexuelles comme telles ;
- la reconnaissance d'une identité personnelle respective, de ses propres besoins et de sa valeur individuelle. » (38).

Le désir

Ce terme peut recouvrir plusieurs dimensions (désir sexuel, désir d'enfant, etc.). Nous emploierons ce terme au sens de désir sexuel ou libido.

Freud définit la libido comme une force quantitativement et qualitativement variable permettant de mesurer les processus et les transpositions dans le domaine de l'excitation sexuelle (39). Il différencie la *libido du moi* ou *narcissique* et la *libido d'objet*. La *libido du moi* est présente dès l'enfance et devient *libido d'objet* par l'investissement d'objets sexuels.

La fonction de « tiers »

Elle peut faire référence à plusieurs situations :

- le tiers-enfant, faisant irruption dans le couple et venant éliminer l'intimité conjugale (38).
- le tiers-père, qui vient faire rupture dans la relation fusionnelle entre la mère et l'enfant (40).

Dans notre travail, nous utiliserons ce terme pour évoquer le tiers séparateur d'une dyade existante, que ce soit le père, la personne « faisant fonction » de père ou l'enfant.

Le « bébé symptôme »

Nous utiliserons ce terme pour parler de situations familiales où le symptôme de l'enfant devient tellement bruyant qu'il prend une place prépondérante dans le quotidien du couple au détriment de la vie conjugale. Selon Lacan, « le symptôme de l'enfant se trouve en place de répondre

à ce qu'il y a de symptomatique dans la structure familiale », c'est-à-dire qu'il représente une manifestation inconsciente de la structure de la famille. Ainsi, « ce dont l'enfant souffre a sa cause inconsciente dans la relation entre les deux parents. » (41).

La narrativité

Notre approche qualitative avec un recueil des données par entretien permet un processus de narrativité.

Le concept de narrativité trouve son origine avec Paul Ricœur qui définit l'identité humaine comme une « identité narrative » (42). Elle se traduit par « la capacité de la personne à mettre en récit de manière concordante les événements de son existence. » (43). Ce terme désigne donc le fait de raconter à autrui et se raconter à soi-même sa propre vie pour construire son histoire (44). L'activité narrative a une fonction psychique. En effet, le récit de soi est « moteur de cohérence et d'identité individuelle. ». « Il donne une place et un sens » à son expérience (45). « Dans l'état actuel des connaissances, on peut distinguer une narrativité sensorielle, une narrativité comportementale et enfin une narrativité verbale. » (46). Ici nous parlerons uniquement de cette dernière puisque le récit surgit au cours d'un entretien oral.

La co-construction narrative naît de l'expression à plusieurs d'un récit de soi. Elle permet la construction commune de l'histoire de l'événement avec son interlocuteur. Il s'agit de « donner ensemble un sens à la réalité » (47). On pourrait proposer le terme de « narrativité conjugale » dans le cadre d'un entretien de couple.

MÉTHODES

1. Type d'étude

Il s'agissait d'une étude qualitative exploratoire par entretiens semi-dirigés de couples.

2. Sélection de la population

Les couples ont été inclus sur les critères suivants : couples parents pour la première fois, dans la période du post-partum étendu de quatre mois à un an.

Les critères d'exclusion étaient : les couples en situations pathologiques de post-partum (dépression du post-partum, complications infectieuses, hémorragiques ou thrombo-emboliques veineuses graves), les couples séparés pendant la grossesse ou après l'accouchement, les personnes ne parlant pas le français, les couples mineurs.

3. Recrutement

Nous avons choisi un mode de recrutement par accès indirect, en sollicitant des médecins généralistes connus des auteures. Ce choix nous semblait le plus pertinent pour favoriser l'adhésion et donc l'implication des médecins dans notre démarche, et pour bénéficier de la relation de confiance déjà établie avec leurs patients.

Nous les contactions par téléphone ou courriel. S'ils répondaient favorablement, une lettre d'information leur était transmise par courriel (cf. Annexe 1). Lorsqu'ils rencontraient en consultation un patient ou un couple de patients correspondant aux critères, ils les informaient du sujet et précisaient qu'ils seraient amenés à évoquer leur vie intime. Si le couple était d'accord, il était

contacté par téléphone par les auteures puis une lettre d'information était envoyée par courriel (cf. Annexe 2).

Cela n'aboutissait pas toujours à une entrée dans l'étude.

Notre objectif était de recruter un corpus diversifié (en termes d'âge, de profession, de culture, de niveau socio-économique).

Le recrutement ne s'est pas fait en un temps pour mettre à l'épreuve le guide d'entretien et affiner nos techniques d'intervieweuses. Nous avons donc démarché les médecins généralistes un par un.

Les quatre premiers couples ont été trouvés rapidement, puisque deux médecins ont chacun recruté deux couples en un mois. Par la suite nous avons rencontré des difficultés de recrutement. En effet, bien qu'ils aient répondu favorablement à notre requête, certains médecins ne nous proposaient pas de participants.

Aussi avons-nous décidé d'élargir le recrutement par « effet boule de neige », à des médecins généralistes remplaçants, des sages-femmes, des gynécologues et directement par les auteures, au département de Loire-Atlantique et de le prolonger un an. Au total, les couples entrés dans l'étude proviennent du recrutement de sept médecins généralistes et une gynécologue médicale.

4. Entretiens

Les entretiens étaient réalisés en couple. Ils étaient menés par une seule personne de façon semi-dirigée. Les auteures se sont employées à adopter une posture la plus inductive possible, notamment par l'usage de questions ouvertes. Un guide d'entretien a été établi conjointement, à partir de lectures bibliographiques (cf. Annexe 3). Une consigne de départ était formulée et des axes thématiques étaient préfigurés pour servir de support à l'échange avec chaque couple. Le choix du lieu de l'entretien était libre. Il s'est déroulé à chaque fois au domicile des couples.

Les entretiens étaient enregistrés par dictaphone puis retranscrits intégralement sur le logiciel Word, en anonymisant les données.

Le guide d'entretien a été réévalué en binôme et enrichi au fur et à mesure des entretiens.

Les nouvelles idées exprimées au cours des entretiens précédents pouvaient servir à compléter les questions dans les entretiens suivants.

Le recrutement a pris fin quand la saturation des données a été obtenue, soit au bout de dix entretiens.

5. Analyse

L'analyse s'est faite en 3 étapes :

Dans un premier temps, les entretiens ont été analysés un par un, au fur et à mesure avec un double codage direct. Nous avons utilisé le logiciel informatique Excel. La grille d'analyse a été enrichie au fil des entretiens.

Dans un deuxième temps, une comparaison interne a été effectuée par une analyse transversale des entretiens. Nous avons procédé à un regroupement thématique des résultats.

Enfin, une comparaison externe a été réalisée. Les résultats de notre analyse ont été confrontés aux données de la littérature.

6. Aspects éthiques

Le comité d'éthique a été sollicité avant de débiter les entretiens. Ce dernier a rendu un avis favorable sous réserve de modifications de la lettre d'information aux couples (cf. Annexe 4). Sa préoccupation était que les participants soient suffisamment informés qu'ils pouvaient être amenés à évoquer leur sexualité. Des rectifications ont été faites en ce sens. Le consentement oral et écrit (cf. Annexe 5) de chaque participant a été recueilli avant et au début des entretiens. L'anonymat des couples a été garanti par écrit dans la lettre d'information et rappelé oralement au début des entretiens. Les verbatim ont été modifiés afin que les participants ne puissent pas être reconnus.

RÉSULTATS

1. Caractéristiques de la population étudiée

Dix couples ont été rencontrés : neuf couples hétérosexuels et un couple homosexuel féminin. La moyenne d'âge était de 33,4 ans chez les hommes [28 ; 36] et de 30,6 ans chez les femmes [27 ; 37]. La répartition des catégories socio-professionnelles était la suivante : un agriculteur exploitant, un artisan, commerçant et chef d'entreprise, trois cadres et professions intellectuelles supérieures, sept professions intermédiaires, deux employés, deux ouvriers. A noter que les professions de soins (santé, aide à la personne et enfance) étaient surreprésentées : sept personnes sur vingt. Quatre personnes étaient au chômage au moment de l'entretien.

Les participants étaient en couple depuis en moyenne 6,5 ans [2 ; 10,5]. Il s'agissait d'une première grossesse pour neuf couples, une quatrième pour un couple (deux fausses-couches et une grossesse extra-utérine). La grossesse était spontanée pour dix couples dont un après échec de PMA et une auto-insémination a été réalisée pour un couple. Le délai de conception était très variable : de moins d'un mois à quatre ans. L'accouchement était par voie basse pour huit femmes (dont deux instrumentaux, quatre épisiotomies, deux déchirures simples, deux épisiotomies + déchirures) et par césarienne non programmée pour deux d'entre elles. Il y a eu un accouchement inopiné à domicile. Huit femmes ont allaité de manière exclusive pendant en moyenne 2,5 mois. Une femme allaitait encore au moment de l'entretien.

L'entretien a été réalisé en moyenne à 6,9 mois [4 ; 11] et a duré en moyenne 79 minutes [52 ; 107].

2. Données recueillies

2.1. Une « histoire naturelle » du couple, avec des phases incontournables

2.1.1. Un désir à l'épreuve

Un désir éteint les premières semaines, autant pour la femme que pour l'homme

Les couples décrivaient une absence de disponibilité psychique dans les premières semaines qui suivaient la naissance du premier enfant : « ça me traversait même pas l'esprit » (H1) ; **avec un désir « en berne »** (F1) : « moi, ma tête était complètement ailleurs, c'est tout, c'est que j'y pensais absolument pas, le sexe, c'était loin derrière, c'était pas une priorité » (F10).

L'attention était « centrée sur le bébé » : « le premier mois, c'était B, B, B... on n'a même pas envie au final. » (H1). **L'enfant « prend beaucoup de place »** (F2) : « c'était vraiment accaparant » (F10) ; « le couple avait un peu disparu » (H4).

Le manque de temps était un des principaux facteurs impactant l'intimité conjugale : « On n'a plus le temps de rien ! » (F2) ; « pas le temps d'y penser » (H1). **Les activités de la vie quotidienne devenaient fragmentées** : « Tu veux faire un truc, tu peux pas. Tu commences, mais tu finis jamais. » (H1) ; « toujours interrompus » (F2).

La fatigue était un autre facteur mis en avant : « J'ai surtout le souvenir qu'on était très très très fatigué, mais vraiment épuisé. » (F7) ; « Le soir, le lit c'est un peu euh... envie de dormir ! » (F9).

Un désir effacé par une nouvelle dynamique familiale en création

Certains couples décrivaient la relation fusionnelle qui se nouait entre la mère et le

bébé : « Je vivais B, je respirais B et j'étais dans une espèce de fusion. » (F1) ; « Le premier mois, j'étais obnubilée par B. Honnêtement, y avait mon bébé et mon bébé et mon bébé, voilà ! Je laissais de la place à personne autour de B, même à H, difficilement. » (F9).

Cette dyade semblait être d'autant plus forte qu'un allaitement maternel exclusif était en

place : « C'est particulier parce que quand on est dans l'allaitement [...] y a vraiment le sentiment d'être mère, mais peut-être beaucoup moins d'être femme [...] comme on est complètement dédié à son bébé... Oui je crois que j'étais pas disponible de toute façon... » (F7) ; « Le fait que tu aies allaité, y avait quelque chose qui se créait. Moi je me sentais quand même un petit peu à l'écart. » (H4).

Cet allaitement entravait parfois le désir pour l'autre. Le corps de la femme perdait sa dimension érotique au profit d'une dimension maternelle nourricière, toute dédiée au bébé

: « Il y avait quelqu'un qui s'attribuait mon corps en fait. » (F4) ; « Je pense que je ne pouvais pas être à la fois la maman qui allaite et la femme... qui fait l'amour. » (F4) ; « Il n'y avait plus de côté érotique. » (H4) ; « Son corps en fait était maternel et il n'y avait rien de comment dire charnel... il n'y avait pas d'appartenance mais quelque part si c'est quand même sous-jacent et pour moi en fait F était disponible pour B et, si on parle d'un point de vue « corps », moins pour moi... Qu'il y ait un allaitement exclusif avec des rapports sexuels, j'aurais trouvé ça vraiment malsain. » ; « C'est juste pas possible euh...enfin c'est ...mélanger les choses. » (H7).

D'autres décrivaient un désir freiné par la présence du bébé dans leur chambre : « C'était clair et net, c'était non. Tu te dis : « Oh merde putain elle va entendre ! » (H1).

Pour autant, ces réaménagements psychiques étaient plutôt bien vécus par

l'homme, qui occupait une place d'« observateur » « un petit peu éloigné... sans être

écarté. » (H4) : « j'en ai profité pleinement et je dirais pas moins que F, différemment. » (H7).

Cette position extérieure pouvait aussi l'arranger les premiers temps : « J'ai un peu la peur

de m'en occuper parce que c'est trop petit ! Il est tout petit, c'est fragile. » (H5) ; « J'étais une vraie statue avec ma fille dans les bras, je bougeais plus ! » ; « j'étais ... très crispé. » (H4). **L'homme était dans une joie contemplative** : « Quand on est jeunes parents, il y a comme une atmosphère qui se crée. Comme un cocon qui vient naître... qui vient de se former... qu'on n'a pas quand on est que tous les deux. » (H4) ; « On était bien, juste tous ensemble, juste tous les trois, on était trop trop bien. » (H4). **Dans cette période « féérique » décrite comme une « phase d'euphorie », l'homme s'émerveillait de ce qu'il voyait** : « de la regarder, de voir F allaiter, tout simplement. [...] de la voir faire ses petites journées. » (H3) ; « Ah quand tu l'avais sur toi, ohhh y a une bulle qui se créait. » (H4).

Un corps différent à accepter

La femme voyait son image corporelle altérée par certaines modifications physiques après la grossesse et l'accouchement : « On n'est pas la nana qu'on était avant. » (F1) ; « c'est un peu difficile, on se sent pas très bien, on est un peu difforme. » (F3) ; « On n'a pas les mêmes seins, on n'a pas les mêmes formes » (F1) ; « un corps un peu mou » (F1) ; « J'ai un peu de mal avec mon nouveau ventre. » (F9). **Le sentiment d'un corps presque mutilé par l'accouchement était exprimé** : « un périnée complètement détruit » (F1) ; « J'avais peur d'être, pas « défigurée », mais d'être un peu abîmée... que physiquement ça se voit après. » (F3). **Par conséquent, cette dernière se sentait moins désirable pour son partenaire** : « Après l'accouchement, je me sentais vraiment moche, pas belle. Je lui disais : « Je suis bonne à la réforme ! ». » (F2) ; « Dans un rapport finalement, son conjoint il voit tout ça : « Attends, moi je suis pas en état d'accepter dans quel état je suis, alors j'ai pas envie de te montrer ça quoi !... Bah non, je suis pas sûre d'être assez potable ! » » (F1).

Accepter cette nouvelle image corporelle prenait du temps : « Fallait que je me reconstruise, que mon corps se reconstruise. » (F8) ; « faut se réapproprier son corps, se retrouver un peu. » (F6).

Cependant, ces changements étaient bien vécus par l'homme, qui se montrait

compréhensif et rassurant : « *Moi j'ai accepté assez vite... Quand tu sais ce qui s'est passé avant, la grossesse et tout ça...* » (H1) ; « *Même moi j'ai pris ! Je pense que l'un et l'autre on a changé.* » (H1) ; « *Moi je t'ai dit je m'en moque.* » (H3) ; « *Moi j'ai trouvé qu'il avait pas tant changé que ça.* » (H2) ; « *J'ai suivi l'évolution mais y a rien eu de dramatique ou de perturbant en soi.* » (H10). **Cette attitude bienveillante aidait la femme à reprendre confiance en elle** : « *Ce qui a été un atout c'est que ça te gêne pas.* » (F9) ; « *Il a pas changé le regard de H, j'ai pas senti de dégoût, j'ai pas senti de crainte ou quoi que ce soit. Du coup, ça aide.* » (F9).

2.1.2. Un réaménagement du désir

Un retour du désir en décalage entre l'homme et la femme

Les désirs des deux partenaires du couple ne parvenaient pas tout de suite à se rencontrer. Mais chacun comprenait assez naturellement la nécessité de faire un mouvement vers l'autre pour se retrouver.

Du côté de l'homme, le désir revenait plus tôt : « *à deux mois [...] ça commençait quand même à me titiller* » (H1). **Cependant, il savait faire preuve de patience et se montrer compréhensif envers sa partenaire** : « *Je savais qu'au niveau, je dirais physique, câlins, sexuel, il faudrait que je fasse preuve de patience, tout simplement. Faut du temps, et puis pas mettre la pression aussi. Laisser le temps à la mère.* » (H4) ; « *Je suis quand même marié, j'ai quand même un enfant, j'ai une femme que j'aime et voilà, s'il faut attendre, j'attendrai puis c'est tout.* » (H2).

Du côté de la femme, le désir mettait plus de temps à resurgir : « *Y a peut-être des moments où je me suis cachée derrière B.* » (F1). **Il était différent de l'homme, plus sensuel que sexuel** : « *les premiers mois après l'accouchement [...] j'avais besoin d'avoir des câlins ou des choses comme ça* » (F3). **Ce besoin de tendresse n'était pas toujours comblé, ce qui**

pouvait être source de frustrations chez la femme : « J'avais un besoin physique mais que sans rapport intime et bah on n'arrivait pas à... j'étais un peu frustrée à ce niveau-là. » ; « Le fait qu'on puisse pas avoir de rapport intime [...] y avait pas de rapport du tout. » (F3) ; « C'est pas facile parce que moi j'avais besoin d'être apaisée, rassurée, reposée, d'avoir un moment de calme. Et toi du coup, pour être reposé, apaisé, rassuré, tu avais besoin de faire l'amour. » (F4).

La femme était comblée ou trouvait compensation dans la relation avec son enfant : « J'ai besoin de beaucoup de tendresse, de câlins, de tout ça et en fait, là en ce moment tu es moins comme ça et du coup je trouve que je le trouve beaucoup avec B en fait, et c'est un peu le piège [...] c'est ça qui est vicieux en fait, c'est que du coup ça ne crée plus le désir pour la relation sexuelle. » (F6). **Mais elle prenait conscience de ce transfert et la crainte pour l'équilibre de son couple l'incitait à envisager une reprise plus précoce de sa sexualité** : « Après la pression je me la mettais moi toute seule, je suis toujours en train de me dire : « Oui... j'ai envie de répondre à ses attentes, que je comprends... » et du coup j'avais peur que ce soit trop long. » (F4) ; « Très honnêtement, en fait je pense que j'avais envie mais... peut-être plus pour toi, dans le sens où ... moi ça m'allait et je pense que j'aurais pu attendre encore longtemps, et à la fois je me suis dit : « Du coup, si j'attends trop longtemps, euh je pense que plus je vais attendre et pire ça va être. » » (F6) ; « Moi je me suis dit que plus j'attendrais, plus ça serait compliqué. » (F9) ; « Ce qu'elle avait peur, c'est que j'aïlle voir ailleurs. » (H2).

Une appréhension commune à la reprise des rapports sexuels

La reprise des rapports sexuels était l'objet de beaucoup de questionnements pour la femme comme pour l'homme : « La reprise c'est presque un cap ! [...] on se demande si ça va aller et tout. » (H5) ; « Est-ce que ça va se rouvrir ? » (F5) ; « On se demandait si ça allait être pareil qu'avant. » (F5) ; « Est-ce que mon corps il est prêt ? » (F4). « crainte de lui faire mal, crainte qu'on n'ait peut-être pas assez attendu. Est-ce que son corps s'est totalement remis ? » (H9). **C'était surtout la crainte de douleurs qui rendait la femme réticente** : « Est-ce que ça va faire mal ? »

(F4) ; « J'étais justement très inquiète en fait d'avoir des douleurs en lien avec la cicatrice de l'épiso. J'étais hyper inquiète. » (F7) ; « Je mentalisais pas trop la reprise d'un rapport, parce que oui j'avais plein de douleurs. » (F7).

Pour certaines, la répétition des examens gynécologiques entraînait un sentiment d'intrusion : « en plus de ça s'ajoutent les rendez-vous avec le gynéco, une pose de stérilet, le kiné pour le périnée [...] j'ai vécu tout ça avec énormément d'intrusion et à un moment donné, j'avais juste envie de dire : « Mais lâchez-moi ! C'est mon corps, je ne veux plus que personne n'y touche ! » » (F1) ; « C'est énervant qu'on aille toujours voir de ce côté-là, y a un ras-le-bol qui s'installe » ; « on a juste envie qu'on nous fiche la paix. » (F2).

Cela différait la reprise de la sexualité au moment où la femme se sentait prête : « De toute façon c'était à ma femme de me dire si elle se sentait prête ou pas, physiquement, moralement. » (H9).

2.1.3. Une reprise progressive de la sexualité

Le cap de la "nouvelle première fois "

Le premier rapport était prudent : « Ça s'est fait tout doucement quand même. » (F4) ; « assez naturellement » (F2) ; « On y est allé tranquillement. » (H1). **Il était parfois un peu douloureux :** « la première fois qu'on a dû refaire l'amour, moi j'ai senti que ça craquait, ça tirait c'était pas une sensation agréable. » (F10) ; **mais se déroulait globalement bien :** « C'était tout gentil, tout calme. » (H4) ; « Du coup on a pris le temps et ça s'est très bien passé. On a fait ça en douceur parce que j'avais vraiment peur d'avoir mal avec la cicatrice, [...] et au final, pas du tout. » (F9). **Cela rassure le couple pour la suite.**

Parfois la reprise des rapports était déroutante, autant pour l'homme que pour la

femme, au vu des douleurs ressenties et de la perte de repères : « *Moi ça m'a freiné la première fois où c'était pas top... c'est peut-être la première fois où ça se passe comme ça ... aussi violemment [...] parce que je crois qu'on n'a même pas été au bout, on s'est arrêté, c'était même pas la peine.* » ; « *C'était hyper douloureux.* » ; « *quand on a refait, la fois suivante... c'est comme si c'était une nouvelle personne, et que j'allais la casser. Donc j'osais plus aller trop vite, trop fort... Je savais plus comment... fallait faire. C'est comme si je refaisais la première fois l'amour ! [...] Fallait tout réapprendre.* » ; « *On est les mêmes partenaires, on a les mêmes codes, [...] et bah non, ça marche pas !* » (H1).

Une phase de « tâtonnements »

Le couple voyait son fonctionnement sexuel évoluer : « *la sexualité : oui, clairement ce point-là a changé !* » (F10). **Les rapports perdaient en spontanéité pour devenir plus planifiés :** « *Avant on le faisait quand on voulait.* » (H1) ; « *(après) y avait le créneau [...] le soir ou la nuit [...] pas le choix !* » ; « *Ça devient un peu encadré !* » (Rires) ; « *c'est contraignant* » (H4) ; « *On ritualise de plus en plus ces moments-là.*" (H4) ; « *Peut-être que ça devient moins naturel.* » (F4). **Ce changement provoquait un besoin de se réinventer pour rompre avec le quotidien :** « *Il faut provoquer un peu plus les choses je dirais, parce qu'un bébé ça prend quand même de la place et ça prend du temps.* » (F3) ; « *essayer de nouvelles positions... essayer de casser la routine* » (H1). **Le couple voyait cela comme un « nouveau challenge » :** « *quelque part c'est pas plus mal parce que tout ce qu'on pouvait faire avant, du coup on sera obligé de le changer parce que ça marche plus* » ; « *on sera obligé de réinventer.* » (F1).

Le couple observait une baisse de fréquence des rapports : « *On le fait beaucoup moins.* » (F9) ; **parfois compensée par un meilleur investissement :** « *Comme on a moins de temps, le peu de temps qu'on a, on va être vraiment plus à l'écoute.* » ; « *on aménage notre temps pour en faire quelque chose de qualité* » (F9). **Pour certains, la relation sexuelle avait gagné en**

maturité : « *Moi je suis plus satisfaite qu'avant. » ; « On se redécouvre. » (H9) ; « [...] mais différemment je pense, avec un peu plus de maturité. » (F9).*

Certaines femmes notaient une baisse de plaisir et de sensations pendant les

rapports : « *Je suis pas pleinement satisfaite à chaque fois qu'on a un rapport sexuel. » (F1) ; « c'est quelque chose sur lequel il faut qu'on travaille » (F1).*

La rééducation périnéale jouait un rôle positif dans la sexualité de la femme : « *le périnée, une belle découverte » (F10) ; « ça m'a vraiment vraiment vraiment aidée [...] en tous cas dans la reprise des rapports. » (F7) ; « J'ai vraiment trouvé ça vraiment super. » (F7). Cela aidait la femme à « **se réapproprier son corps** » et à mieux le contrôler pour retrouver plus de sensations et de plaisir lors des rapports : « *C'est une zone que je connaissais très très mal et que je suis bien contente de connaître maintenant ! J'étais contente de l'avoir fait » (F10) ; « Je trouve qu'on ressent beaucoup mieux les choses, on retrouve des sensations. » (F7) ; « J'ai peut-être plus conscience du périnée maintenant, de ces muscles-là, de cette zone-là. Et de savoir l'activer, parce que c'est un muscle, c'est des sensations différentes. » (F6).**

2.1.4. Un équilibre conjugal qui tend à revenir au sein de la dynamique familiale

Plusieurs facteurs favorisant repérables

Ce retour à l'équilibre coïncidait avec la reprise de l'activité professionnelle de la femme : « *J'étais super contente de reprendre le travail par rapport à ma place de femme. » (F8) ; « La reprise du boulot a été bénéfique pour tout le monde, même si moi j'aurais aimé rester plus longtemps avec B. » (F9).*

Il correspondait à l'arrêt de l'allaitement maternel exclusif : « *Je crois bien que la première fois qu'on a refait l'amour, c'était à la fin de mon allaitement. » (F4) ; « Plus on faisait l'allaitement mixte et plus en fait y avait une sexualité qui reprenait. » (H7).*

Il concordait également avec la séparation de chambre avec l'enfant : « *Le fait qu'elle soit dans sa chambre [...] c'est à partir de ce moment-là vraiment qu'on a commencé à avoir des rapports.* » (H1) ; « *Les rapports, on a repris quand il a été dans sa chambre.* (H4) ; « *ça aide à retrouver un peu d'intimité ça c'est sûr, ça nous aide. Mais même sans avoir de rapports mais juste des câlins* » (F4).

Il s'agissait du moment où le père faisait tiers dans la dyade mère-enfant : « *En fait quand on a commencé à le mettre dans sa chambre, quand y a eu cette séparation-là, le lien a commencé à se mettre.* » ; « *Faut que le papa se faufile dans tout ça.* » (H9).

Dans le même temps, le rythme de sommeil de l'enfant s'harmonisait avec celui des parents : « *Maintenant quand il s'endort (...) on a la soirée pour manger et pour discuter et pour regarder un film [...] ça c'est plus important pour nous, d'avoir ces moments-là, que d'avoir le moment pour avoir des rapports. Moi je préfère avoir du temps comme ça un peu où on discute, où on projette des choses.* » (F9) ; « *La journée c'est le petit et le soir, c'est nos moments à tous les deux.* » (F5).

Il était favorisé par la garde de l'enfant par une tierce personne : « *On a décidé, en se déculpabilisant, de mettre B chez la nounou un après-midi [...] pour qu'on puisse avoir un après-midi ensemble.* » ; « *C'est vraiment important d'avoir ces moments-là, pour se retrouver, juste pour avoir le temps aussi de parler de choses et d'autres* » ; « *ça nous fait vraiment du bien.* » (F7) ; « *on s'est rendu compte qu'on en avait tous les deux besoin, que ça nous manquait et qu'il y avait des choses comme ça qu'il fallait qu'on remette en place.* » ; « *que nous on ait notre petit moment vraiment à deux.* » (F2).

Des difficultés surmontées grâce à la communication et l'entraide au sein du couple

La plupart des couples étaient communicants, ce qui leur avait permis d'apaiser des tensions : « Si on n'avait rien dit pendant 3-4 mois [...] même moi, j'aurais pété un câble. » (H1).

Ils avaient ainsi partagé leur ressenti, été rassurés par l'autre ou déculpabilisés : « On a toujours pris le temps d'en discuter. » ; « On en parlait, on se disait : « Ah, là c'est dur... Ah, là c'est un peu mieux. » » ; « On a pu en discuter et ça nous a permis de comprendre ce que l'autre il vivait et d'avoir le point de vue de l'autre, pour après, du coup, améliorer un petit peu, faire attention un peu plus à l'autre, au final. » (F9). **Le dialogue les avait aidés à dépasser les difficultés**

rencontrées : « Y avait plein de questionnements. A un moment, on était tous les deux quand même un peu déboussolé [...] je pense que juste le fait d'en parler, ça a suffi. » (F4) ; « Je pense qu'heureusement qu'on a réussi à bien parler et bien se dire les choses pour que H il retrouve sa place et que ce soit un peu plus facile pour toi, pour moi et pour nous trois [...] ça a aidé et ça nous aide. » (F9).

L'humour avait sa place dans l'échange au sein des couples. Il témoignait de la qualité de la relation et du recul pris sur les difficultés rencontrées. « On t'a fait d'une certaine manière, et puis on aimerait bien retrouver le mode d'emploi ! (Rires) » (H1) ; « Moi il y a un moment donné : « T'en es où ? » « Ah, c'est même pas la peine ! (Rires) » (H1) ; « J'ai laissé à F le temps de reprendre ses forces tranquillement ! (Rires) C'est pas forcément la bonne expression mais... » (H3) ; « C'est vrai qu'on prenait pas nos agendas... (Rires) » (H4) (parlant de sa vie sexuelle avant l'arrivée du bébé) ; « J'ai besoin de beaucoup de tendresse, de câlins, et en ce moment tu es moins comme ça, et du coup je le trouve beaucoup avec B en fait et c'est un peu le piège. » (F6) « Ah, faut que je règle le problème avec le fils ! (H6) (Rires) ; « Le désert ! (Rires) » (F7) (à la question de la vie sociale depuis l'accouchement).

Les couples soulignaient le caractère essentiel du soutien et du relai par le conjoint : « On n'a pas besoin de se donner des tâches [...] ça se fait en fonction de la fatigue, de l'état de chacun ou de la motivation et puis l'enfant, c'était un partage total en fait. On assume tous les deux à

part égale. » (F4) ; « on se soutient surtout tous les deux [...] quand y en avait un qui commençait à ... et inversement moi c'est pareil. » (H7) ; « On est plutôt complémentaire. » (H4, H6) ; « On se disait : « Mais heureusement qu'on est deux. » ; « On se serre les coudes ! » (F7) ; « On se soutenait mutuellement ou on s'encourageait [...] on se relayait. » (H10).

Une nouvelle organisation à trouver

Les couples exprimaient leur désir de trouver un équilibre entre temps parental, temps conjugal et temps pour soi.

Ils expliquaient leur difficulté à trouver leur place dans cette nouvelle dynamique familiale

: « Faut que chacun prenne ses marques. C'est nouveau pour tout le monde. Et puis y a un nouveau rythme à prendre aussi... » (H9) ; « C'est un chemin. » (H6) ; « C'était très compliqué de trouver sa place. » ; « C'est pas rien : y a la place du bébé [...] cette place de mère et de femme. » ; « Moi ? Je suis où moi dans tout ça ? » ; « C'est très schizophrénique. » (F1).

Un des enjeux formulé était de passer plus de temps en couple : *« on a besoin de temps aussi pour nous... il a besoin de parents épanouis. » (F2) ; « A un moment donné, on s'est dit le ciment de la famille, c'est pas les parents, c'est d'abord le couple et après y a les enfants. » (H4) ; « La seule chose que je sais qu'il faut qu'on travaille, c'est un petit peu sur nous, de prendre plus de temps pour nous... faut s'organiser...[...] je suis consciente qu'il faut qu'on reprenne notre vie de couple d'avant où en tout cas sur le plan sexuel. » (F10) ; « de devoir avoir ces moments-là tous les deux, on en est conscient et on en a envie [...] après faut qu'on se lance, on le met en place et après faut le faire. » (F6).*

Les femmes souhaitaient retrouver du temps pour elles alors que les hommes n'en avaient pas perdu : *« je suis en manque de temps personnel [...] je suis à la quête un petit peu de ça en ce moment. Faut que je travaille là-dessus » (F1) ; « moi j'ai retrouvé un peu une vie sociale, enfin je l'avais pas perdue parce que je voyais du monde, mais une vie sociale sans B quoi, où je peux avoir une conversation avec des adultes sans avoir... différemment quoi. » (F9).*

Cependant, ce temps d'adaptation était vécu sereinement par les couples car ils avaient confiance en leur union : « *On sait bien que de toute manière on retrouvera des moments plus longs ensemble où on sera moins fatigué quand B va grandir et que ça ira mieux et voilà quoi, ça va revenir.* » (F9) ; « *Après il faut recréer aussi une complicité... une autre complicité du couple [...] ça va être notre challenge futur ! [...] moi je suis pas trop inquiet.* » (H6). ; « *Il faut être patient et on finit par trouver notre place, on finit par trouver des moments pour avoir une vie de couple à nouveau.* » (F9).

2.1.5. Regard des couples sur cette période de transition

L'arrivée de l'enfant était décrite comme une période de « métamorphose » (F9) dans la vie du couple : « *ça a changé notre vie quand même ! C'est une autre organisation.* » (F8') ; « *c'est un gros changement.* » (H9) ; « *le chamboulement il est énorme* » (F6) ; « *On n'est plus deux mais maintenant on est trois et le numéro trois il prend de la place, beaucoup de place ! (Rires)* » (F9) ; « *Beaucoup de temps aussi.* » (H9) ; « *C'est différent mais voilà, de toute manière, maintenant, on a un bébé et je pense que tout sera différent quoi qu'on fasse.* » (F9).

Elle s'accompagnait entre autres d'un renoncement à une certaine insouciance : « *se dire qu'il y a un bébé qui est dépendant de nous [...] donc il faut l'accepter... Il y a des fois, c'est un petit peu pénible, mais après, je pense que tous les parents y passent.* » (H4).

L'enfant devenait la priorité du couple : « *Les choses qui ne sont pas urgentes, il faut apprendre à les laisser.* » (F2) ; « *L'un comme l'autre, c'est B d'abord.* » (F6).

La vie sociale était conservée mais réaménagée. Le couple privilégiait les sorties à trois : « *les sorties, on les fait la journée avec le petit* » ; « *maintenant en fait, on est trois, on est trois jusqu'au bout !* » ; « *Dans l'immédiat, on se voit pas sortir sans lui.* » (F5) ; « *ça ne change pas, si on doit partir, on amène la petite, voilà quoi, y a le lit-parapluie.* » (F8').

Au final, les « petites déconvenues » (H4) étaient largement compensées par le bonheur

apporté par l'enfant : « *c'est surtout du positif* » (F7) ; « *On oublie vite les tout-petits désagréments.* » (F4) ; « *Après y a tellement de bons côtés que ça efface l'ardoise largement !* » ; « *ça se contrebalance énormément.* » (H7) ; « *il nous comble tous les jours.* » (F2) ; « *Fatigués, on l'était tous, mais y a cette énergie nouvelle qui vient, qui naît avec l'enfant.* » (H4).

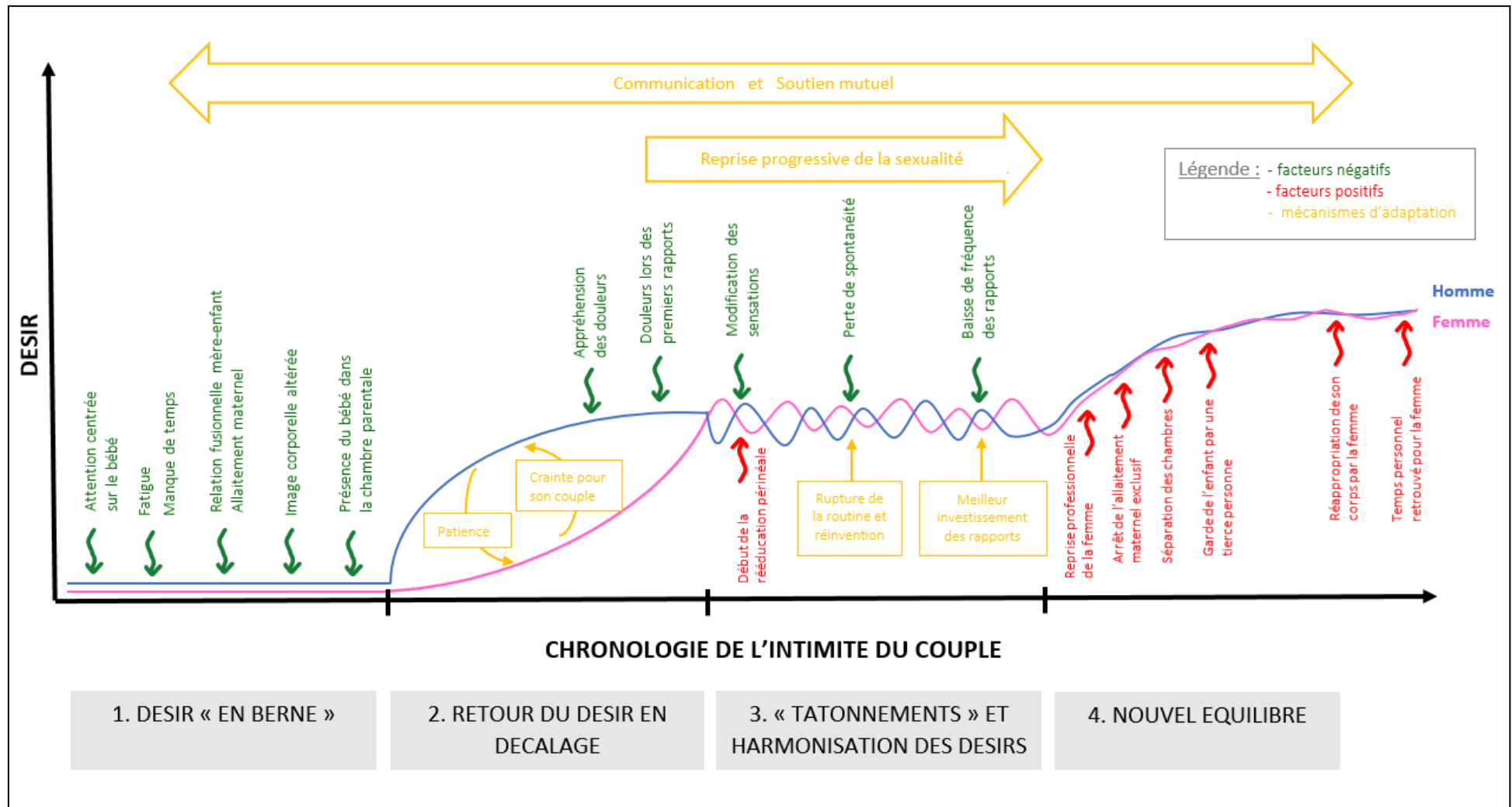


Figure 1 : Evolution du désir dans le couple à l'arrivée du premier enfant

2.2. Des singularités

2.2.1. Une mère en souffrance

Une des femmes interrogées se différencie des autres par un vécu particulièrement traumatique de l'accouchement : « T'as coupé le cordon, moi j'en n'ai aucun souvenir, je me souviens de rien à ce niveau-là. J'ai beau chercher, je trouve plus, dans ma tête. » ; « C'est l'après qui a été horrible, [...] traumatisant. » ; « La levée de péridurale, avec les douleurs... c'était abominable. ». **Cela a fait resurgir en elle un traumatisme ancien :** « Je crois que si on m'avait violée, ça serait pas pire... » ; « Y a vraiment un blocage. » ; « D'un point de vue psychologique, ça a quand même remué beaucoup de choses [...] par rapport à mon enfance. » (F). **Ce bouleversement s'est manifesté par des douleurs périnéales intenses - « c'était infernal » - qui se sont chronicisées sur au moins six mois :** « j'ai vraiment l'impression qu'on m'a volé mes premiers mois, parce que j'ai pas pu en profiter. » (F). **Ces douleurs ont eu un retentissement important sur l'intimité conjugale :** « Elle avait tellement mal que [...] j'osais même pas la toucher parce que [...] j'allais pas lui faire plus mal qu'elle avait déjà. » (H). **Elles impactaient de la même façon les activités de la vie quotidienne :** « J'ai une sensation de boule en permanence... qui me gêne quand je suis assise. ». **Cette situation a été vécue comme humiliante au départ :** « le fait d'être obligée de demander de l'aide à mon mari pour la toilette » ; « la culpabilité de pas pouvoir m'occuper de mon fils ».

Cela a généré une forte culpabilité de sa part, puisqu'elle considérait malgré elle son enfant comme la cause de ses douleurs : « le fait de regarder mon fils et [de] le juger coupable de cette situation alors que le pauvre, il n'y était pour rien... » ; « ça me grignotait de l'intérieur. » ; « la première semaine, [...] Je vais pas dire que j'avais du mal à le regarder... Je m'occupais de lui, y avait pas de souci mais dans ma tête, c'était lui le responsable de toutes ces douleurs. », « c'est pas un sentiment normal pour une maman de... donc ça, c'était dur... ». **Malgré une communication toujours effective, le couple a été mis à l'épreuve :** « y a eu un moment où ça a été difficile, un

peu, où on a senti que le couple [...] qu'il y avait une distance qui s'installait. » (F). **Cela les a amenés à se tourner vers des aides extérieures** : « *Finalement on a constaté qu'on avait besoin d'aide* » ; « *on en avait marre que la situation s'enlise, on voulait que ça avance* ». (F).

2.2.2. Un père en difficulté

Un des hommes interrogés a présenté une difficulté prononcée à trouver sa place de père le premier mois face au lien fusionnel entre la mère et le bébé : « *Assez vite je me suis dit : « Est-ce que je vais réussir à trouver ma place ? » » (H). Ce sentiment d'exclusion a généré une certaine souffrance ou tout du moins une déception pour les deux membres du couple* : « *Faut que le papa se faufile dans tout ça.* » ; « *je m'intègre au lien petit à petit* » ; « *Au début c'est vrai que c'était pas facile.* » (H) ; « *Moi, ce qui m'a peut-être un peu peinée, c'est que H, il se sente pas à l'aise entre guillemets dans sa relation avec B.* » (F). **Selon l'homme, cette difficulté pouvait s'expliquer par l'allaitement maternel exclusif** : « *C'est vrai que je m'attendais pas à ce que l'allaitement fasse un lien aussi fort entre la mère et le bébé.* ». **La femme était consciente de la place qu'elle avait prise dans cette dynamique** : « *Mais après coup, je pense que c'est parce que j'ai pris beaucoup de place, enfin non, c'est pas que j'ai pris beaucoup de place, j'ai pas laissé beaucoup de place.* » (F).

2.2.3. Le « bébé symptôme »

Dans certains couples, le symptôme du bébé prenait toute la place.

Pour un des couples, les pleurs incessants du bébé (« *C'était un bébé qui pleurait pas mal* » ; « *des pleurs assez intenses et d'un volume sonore assez important.* » ; « *les hurlements* ») **avaient eu un impact considérable sur le père** : « *moi les pleurs ça me tend un peu [...] ça me*

stresse un peu. » ; « je pouvais pas rester indifférent » ; « de l'incompréhension [...] un peu d'impuissance , parce qu'on n'arrivait pas forcément à calmer ses pleurs. » **alors que la mère n'en avait pas particulièrement souffert** : « pour moi c'était normal ». **Ce décalage dans leur ressenti avait généré de l'incompréhension dans le couple** : « On s'entendait pas trop sur ce point de vue-là. [...] Et c'est vrai que du coup ça fait des petites incompréhensions, j'aimais pas trop le voir s'énerver, enfin pas s'énerver mais, être affecté par les pleurs. » (F) ; « J'étais à moitié déprimé. » (H) ; « des moments de lassitude » (H).

Pour un autre couple, le bébé n'avait fait des nuits complètes que tardivement : « B a fait ses nuits très très tard, il fait très peu de sieste, il fait des siestes très courtes. ... il a toujours énormément demandé. » (F). **Les pleurs nocturnes avaient été vécus plus douloureusement par la mère que par le père** : « Mais moi je trouve qu'y a vraiment quelque chose de viscéral, ça me met hyper mal. Quand B se met à pleurer le soir je ne peux pas ne pas y aller, ça me prend aux tripes. » (F). **Pour le conjoint, cette difficulté pouvait s'interpréter comme un rapport difficile de la mère à la séparation. Cela pouvait faire écho à son vécu personnel** : « ... c'était aussi un moment où je pense que tu avais vraiment besoin aussi... encore plus... d'avoir un lien très serré en fait avec B et euh je pense que tu as... après, c'est vraiment mon ressenti. » (H) ; « Moi je trouve pas que j'ai compensé quelque chose en tout cas. » (F) ; « enfin ça me paraît assez... assez évident. T'as tout le temps peur en fait que B, il ressent l'abandon. » (H).

D'autres couples expliquaient que leur relation conjugale n'était pas du tout affectée car leur enfant était particulièrement « facile » : « J'ai pas eu de coup de mou à me dire : « J'en peux plus ! » mais en même temps parce qu'on avait un bébé super cool aussi. C'est simple, c'est simple et elle est simple. » (F) ; « C'est un bébé qui depuis le début est cool. Il est zen. Ça se passe bien, je trouve que c'est assez fluide. » (F) ; « En fait elle est tellement facile à vivre B. » (F) ; « Elle est hyper cool ! » (F). **Un des couples racontait que le fait d'avoir longtemps désiré et attendu leur bébé avait pu les aider à bien vivre son arrivée** : « ... comme on attendait ça

depuis longtemps. » (F) ; « Je pense qu'avant même d'avoir B, l'idée d'avoir un bébé, c'était quand même ancré dans le couple donc du coup, je sais pas si ça a vraiment changé beaucoup de choses... » (F). **Le couple avait un mode de vie adapté à l'arrivée d'un enfant avant même de devenir parents :** « Y avait la place pour tout ça et du coup on se sent aussi bien parents que couple et puis notre vie sociale est adaptée à une vie de parents, à une vie de couple. » (F) ; « on a une vie hyper simple, en fait la case « parents » s'est accrochée naturellement à la case « couple » et de vie sociale. » (F).

2.3. Attentes des couples en difficulté et place du professionnel de santé

Plusieurs couples regrettaient un manque de préparation à ce qu'implique l'arrivée du premier enfant : « J'étais pas forcément préparé à ce que c'était que d'avoir un gamin et puis aux difficultés que ça peut représenter. » ; « Je m'attendais à ce que ce soit plus facile. » (H2) ; « Je pense qu'on peut jamais y être préparé complètement » (F7). **Cela pouvait être du fait d'un discours exagéré de l'entourage :** « Nos parents, ils avaient un discours plutôt enjolivé. Ils voyaient que les bons côtés. » (H7) ; « Toutes les personnes qu'on a pu croiser juste avant la naissance nous disaient « Oh vous allez voir c'est que du bonheur etc. » » ; « J'aurais préféré qu'on me dise : « Vous allez voir, c'est pas si facile quoi, c'est c'est génial mais c'est pas si facile. ». » (H3) **ou d'un manque d'information ou d'un accompagnement insuffisant par les professionnels de santé :** « On parle beaucoup de la grossesse, de l'accouchement... on parle pas de l'après [...] Du coup c'est limite si c'est pas l'après, là où tout se passe en fait : « Bah c'est bon, maintenant il est là, bah maintenant faites ! », « Bah oui mais faites quoi ?! » Je trouve que ça manque derrière et que du coup, y a vraiment un après, aussi bien pour le couple que pour la femme aussi en soi, du coup je trouve qu'on oublie pas mal l'après dans ce suivi. » (F6). **Cela avait occasionné pour certains des moments de « désillusion » (H3) ou de désarroi.**

La plupart des couples, s'ils rencontraient des difficultés, réussissait à en parler

entre eux : « *Moi ce qui concerne mon couple, c'est entre nous deux, tant que c'est pas un problème dramatique.* » (F9) ; « *Jusqu'à présent la communication à deux, ça a toujours fonctionné.* » (F5). **Ils pouvaient solliciter ensuite leur entourage (amical, familial voire professionnel).**

Néanmoins, dans certains cas, les couples ne le faisaient pas, soit car l'entourage était réduit ou éloigné : « *l'entourage, ça se limite à [mes grands-parents] donc euh... Même s'ils ont l'esprit très ouvert, y a quand même certaines choses dont on parle pas [...] Après, ouais, si, y a quand même des amis autour de nous mais c'est pas non plus là où on va aller se confier.* » (F2),

soit par absence d'expérience parentale autour d'eux : « *J'ai pas d'amies qui ont accouché donc c'est vrai que pour parler de ce genre de choses...* » (F3), **ou encore par pudeur :** « *J'aime pas exposer mes problèmes.* » ; « *ça regarde pas les gens, surtout pas la famille.* » (H9). **Les couples pouvaient alors se tourner vers des professionnels de santé (médecin généraliste, sage-femme, psychologue, sexologue) :** « *Je lui ai posé la question : « Quand on reprendra notre vie intime, comment ça se passera ? »* (F5) ; « *j'avais dû lui poser la question que tu ressentais un petit peu moins de choses* » (F4) **ou de l'enfance (assistante maternelle).**

La plupart des femmes interrogées avaient apprécié que le professionnel de santé

soit à l'écoute, qu'il leur prête une attention particulière, au-delà de leur rôle de mère :

« *Elle pose pas juste la question : « Votre enfant... ? » mais aussi : « Et comment vous aussi vous allez? »* » (F1) **et qu'il aborde avec elles la question de l'intimité conjugale :** « *Je pense que c'est une des choses importantes après l'accouchement.* » (F4) ; « *Les sages-femmes me l'ont dit avant de sortir : « N'oubliez pas votre conjoint ! » Et ça je pense que c'est vraiment très très très important.* » (F7) ; « *Elle m'a dit que c'était une très très bonne rééducation que de refaire l'amour.* » (F4). **Elles décrivaient un échange abordé avec simplicité :** « *Elle m'a posé la question, je pense, tout simplement... pour savoir si entre nous deux, ça allait.* » (F1) ; « *Elle m'en a parlé naturellement et puis je lui ai posé la question : « Quand on reprendra notre vie intime, comment ça se passera ? »* (F5).

Concernant les attentes vis-à-vis du professionnel de santé en charge de leur suivi, les femmes attendaient qu'il puisse être à l'écoute et attentif à leurs besoins, qu'il se montre disponible pour répondre à leurs questions, en matière de parentalité comme de conjugalité : « *sur l'allaitement, j'avais besoin d'être un peu rassurée.* » (F9) ; « *ça fait toujours du bien d'entendre son médecin qui dit c'est bien au contraire, elle s'exprime ! ... Enfin des choses positives.* » (F3) ; **qu'il puisse les informer :** « *Elle m'a dit qu'y aurait sûrement une sécheresse.* » (F5) **ou les rassurer si nécessaire :** « *elle m'avait dit : « c'est normal ». » ; « elle a répondu, elle m'a rassurée du coup. C'est vrai qu'elle a dit : « Faut y aller en douceur. Vous verrez de toute façon comment vous serez à l'aise ou pas tous les deux. »* (F5).

Quant aux hommes, ils exprimaient moins d'attentes vis-à-vis du professionnel de santé : « *Je suis rarement malade et quand j'y vais, c'est pour des demandes de... pour des médicaments.* » ; « *Même si c'est le médecin traitant, je pense que j'aurais plus de mal à en discuter.* » (H1) ; « *Faut vraiment qu'il y ait un très très gros souci je pense, parce que jusque-là on a toujours réussi à s'en sortir.* » (H4) ; « *On avait des questions pour B surtout !* » (H10).

A la question posée d'une consultation dédiée de couple proposée de façon systématique quelques mois après la naissance du premier enfant, les couples y étaient pour la plupart favorables, essentiellement les femmes. En revanche, certains suggéraient que cette proposition soit réservée uniquement à ceux dont des difficultés persistantes étaient exprimées ou repérées par le soignant. Il était surtout important pour certains que le soignant se montre disponible : « *Faut juste pouvoir dire aux gens que si y a un souci, vous êtes là.* » (H9) ; « *ça peut être des choses toutes simples* » (H4) **et sache prendre du temps pour répondre aux questions au fil des consultations. Enfin, la majorité des couples exprimait une préférence pour l'entretien de couple par rapport à l'entretien individuel :** « *Moi je trouve, c'est mieux à deux [...] comme ça, ça permet de savoir des choses : « ah ouais, tu pensais ça en fait, je savais pas. », ça permet de dire les choses.* » (H1), **soulignant l'absence de difficultés de communication entre eux :** « *[c'est] pas du tout [gênant] parce qu'on parle ouvertement tous les deux, on se cache rien.* » (F10).

2.4. Impact de l'entretien sur les couples : les effets de la « narrativité conjugale »

Bien que certains participants, principalement des hommes, n'ont pas jugé utile pour eux l'idée d'une consultation de couple dédiée proposée par leur médecin généraliste, du fait d'une bonne communication dans leur couple et d'un entourage soutenant, nous avons observé des effets de l'entretien sur les couples rencontrés. Cela s'est traduit par des interactions positives dans le couple.

Les participants se sont remémorés des souvenirs communs avec plaisir ou émotion

: « *Moi ce qui m'a marqué, c'est à quel point ça peut toujours être, comment dire, émouvant de reparler de la période de l'accouchement. Je l'ai senti aussi auprès de toi, quand tu parlais, que ça te faisait quelque chose d'en parler.* » (H9).

Certains ont reconnu leurs propres failles : « *J'avoue que j'ai un peu délaissé H, Enfin j'y ai pas prêté plus attention que ça quoi... Tu étais dans ton coin et moi j'étais avec B.* » (F9) ; « *Je préférais laisser F faire. C'était pas tellement sympa de ma part mais je savais qu'elle faisait bien !* » (H5).

D'autres ont valorisé leur partenaire au cours de certaines interventions : « *Mais heureusement que tu étais là. Tu avais une patience à toute épreuve. Je sais pas comment tu faisais.* » (F7) ; « *Tu étais hyper attentionné.* » (F9) ; « *Bah moi, je trouve que ça se passe super bien parce que tu réponds à mes questions et je te fais confiance, et à chaque fois ça marche.* » (H1).

Certaines des personnes interrogées ont découvert chez l'autre un ressenti qu'elles n'avaient pas soupçonné : « *Moi je l'ai pas vécu comme ça. C'est marrant que tu l'aies ressenti comme ça.* » (F6) ; « *Alors que moi, j'ai rien vu de tout ça ! [...] J'ai pas pris l'ampleur du stress.* » (F8) ; « *Je pensais pas que tu t'étais autant rendu compte que tu étais très très fermée !* » (H9).

L'entretien amène ainsi à une auto-critique et à l'ouverture sur un échange : « C'est pas cool parce que du coup je t'ai pas trop soutenue... » ; « du coup ça me culpabilise un peu maintenant... » ; « Est-ce que je me suis préservée inconsciemment ? » (F8) ; « Je me dis peut-être que je l'ai pas bien exprimé alors ? » (F3) ; « Peut-être que j'avais plus envie d'un enfant que H... C'est peut-être ça aussi qui fait qu'après quand y a eu ces pleurs et tout ça, ça m'a peut-être moins... j'ai peut-être mieux accepté... » (F3) ; « ça va probablement nous faire avancer. Pour nous c'est un cheminement aussi. » (F2).

DISCUSSION

1. Résultats principaux

L'objectif de notre étude était de connaître le vécu intime des couples durant cette période afin de mieux cibler leurs attentes, notamment vis-à-vis du médecin généraliste qui les suit. L'analyse qualitative de ces dix entretiens apporte des éléments de réponse.

L'arrivée du premier enfant entraîne un profond changement dans l'intimité du couple. Nous avons mis en évidence plusieurs phases. Tout d'abord une période d'absence de désir où la conjugalité s'efface au profit de la parentalité. S'ensuit une période de retour du désir, plus précoce pour l'homme que pour la femme d'où un décalage avec une nécessaire adaptation de chacun. Puis la sexualité reprend prudemment, quand la femme se sent prête. Cela est le plus souvent bien vécu. Arrive enfin une phase de tâtonnements et de recherche du couple pour tendre vers un nouvel équilibre entre le parental, le conjugal et le temps pour soi.

L'année suivant la naissance du premier enfant est une période de bouleversements, vécue malgré tout de façon positive par les couples, et ce d'autant plus que la relation de couple est de qualité avec un soutien actif et une communication effective entre eux.

Chaque histoire est singulière et cette période de transition peut être source de souffrance et mettre en difficulté le couple. Le professionnel de santé peut être une personne ressource, en particulier si la communication dans le couple est difficile ou s'il n'y a pas de réseau soutenant. Les couples attendent qu'il se montre attentif et bienveillant, qu'il soit disponible et rassurant et qu'il propose si besoin une consultation dédiée.

2. Forces et faiblesses

2.1. Forces de l'étude

Il existe peu de publications françaises sur le sujet en comparaison aux études anglo-saxonnes et suédoises. Or, les spécificités de la culture et du système de santé français pourraient donner lieu à des résultats différents. Notre étude a une approche qualitative alors que la plupart des études sur le sujet sont quantitatives. Parmi les quelques études qualitatives publiées, la majorité sont élaborées à partir de questionnaires. Nous avons choisi de réaliser des entretiens pour explorer le plus authentiquement possible le vécu intime. L'originalité de notre étude tient aussi au fait que nous nous sommes attachées à recueillir le point de vue des couples ; les études qualitatives recueillant leurs données par entretiens ne le faisant que sur un mode individuel. En effet, la plupart des études sur le sujet s'intéressent séparément au vécu des mères et des pères. Or, l'entretien de couple permet, par une « narrativité conjugale », de favoriser l'écoute et le partage de ressentis personnels. Par ailleurs, quand les études portent sur les couples, il ne s'agit pas exclusivement de « primi-parents », alors que « la naissance du premier enfant est un facteur déterminant de diminution de la satisfaction conjugale » (48). Nous avons fait le choix de réaliser les entretiens entre quatre et douze mois après l'accouchement, contrairement à certaines études qui recueillent leurs données dans les six premiers mois ou au-delà de deux ans. Nous pensons que cela permet d'avoir un certain recul sur le couple tout en évitant des biais de mémoire. Enfin, la réalisation des entretiens au domicile des couples a probablement aidé les participants à se sentir plus à l'aise pour évoquer leur intimité. En contrepartie, le domicile est un lieu moins neutre et plus imprévisible, où la maîtrise du cadre de l'entretien peut être plus délicate, ce qui peut mettre en difficulté l'intervieweur : échange de tonalité plus familière (tutoiement, musique d'ambiance), et pouvant être parasité par des facteurs externes (sollicitations de l'enfant, téléphone).

2.2. Faiblesses de l'étude

Choix de la méthode de recrutement :

Nous avons rencontré des difficultés de recrutement. Du côté des professionnels de santé, cela pouvait être parce qu'ils n'avaient pas de couple correspondant aux critères de l'étude, par manque de temps ou par réticence personnelle, ce sujet pouvant être tabou pour certains. En ce qui concerne les couples contactés, certains n'étaient pas joignables par téléphone, ou changeaient d'avis. Il pouvait s'agir d'un accord donné sans la présence du conjoint lors d'une consultation, qui une fois informé ne souhaitait pas participer, d'un refus après lecture de la lettre d'information ou d'un manque de temps. Nous pouvons faire l'hypothèse qu'il y a une pudeur à parler de son intimité conjugale, surtout dans cette période de changements. Pour certains couples, l'intérêt particulier d'un des deux partenaires à participer à l'étude et le refus de l'autre interroge sur d'éventuelles difficultés au sein du couple et sur la gêne à en parler devant une tierce personne.

Biais de sélection :

Les médecins et les couples ayant contribué à l'étude sont ceux qui étaient intéressés par le sujet puisque recrutés sur la base du volontariat. Par ailleurs, nous observons que les couples recrutés sont de profil similaire en termes d'âge, de niveau socio-économique et de culture. La surreprésentation des professions de soins peut s'expliquer par le fait que ces personnes soient sensibilisées à ce type de recherche. Néanmoins le corpus présente une hétérogénéité sur d'autres critères : parcours de grossesse, mode d'accouchement, présence d'un couple homoparental féminin. Nous n'avons pas rencontré de couples en dysfonctionnement majeur, en instance de séparation ou regrettant un manque d'écoute de la part du professionnel de santé. Par ailleurs, l'étude étant de nature qualitative, elle n'a pas pour vocation d'obtenir un échantillon représentatif mais est à but exploratoire. La petite taille du corpus, qui néanmoins correspond à la saturation des données, est compensée par la richesse du contenu de chaque entretien.

Biais d'information :

Lors de l'entretien, certaines personnes ont exprimé la crainte d'être reconnues malgré la garantie d'anonymat assurée dans la lettre d'information et rappelée en début d'entretien. Cela a pu brider leur discours. Par ailleurs, le fait que les entretiens aient été menés par des femmes a pu biaiser les réponses des participants. De plus, l'âge similaire entre les auteures et les couples a pu influencer l'échange. Il est possible qu'un biais de mémoire ait parfois influencer les résultats, puisque certains participants ont par moment eu des difficultés à se souvenir de certains faits. Enfin, les données recueillies ont pu être par moment limitées par la pudeur à évoquer certains aspects de la vie intime.

Biais d'interprétation :

Une des auteures se trouvait également dans cette période de transition vers la parentalité au moment des entretiens. Cette situation de forte proximité a peut-être parfois permis une meilleure compréhension du vécu des couples mais présente aussi le risque d'interpréter certains ressentis, ce qui peut dissuader d'explorer davantage.

Le guide d'entretien a évolué au fur et à mesure. Nous avons essayé de mener un entretien sans les deux questions préliminaires portant sur la grossesse et l'accouchement. En effet, elles ne correspondaient pas à la période étudiée et les couples s'exprimaient longuement sur le sujet. Néanmoins, nous avons constaté qu'elles étaient importantes d'une part pour mettre suffisamment à l'aise le couple avant d'aborder leur vie intime, d'autre part pour mieux comprendre le vécu du post-partum.

Biais d'analyse :

L'analyse a été réalisée en double codage direct car après un test en double codage indirect, nous n'avons pas constaté de différence significative.

3. Confrontation des résultats aux données de la littérature

3.1. Résultats concordants avec les études antérieures

Comme dans notre étude, plusieurs travaux ont montré que l'arrivée du premier enfant impactait considérablement la vie de couple. L'enfant devenait la priorité. Le temps à deux venait à manquer (27,49). L'intimité était bouleversée (27,49). Les mères décrivaient un changement de mode de vie se traduisant par une "perte" de liberté et de temps pour soi (49,50). Pour les pères, cette période de transition vers la parentalité était plus stressante que pour les femmes (5) mais apportait un « nouveau sens » et un « nouveau regard » qui changeaient fondamentalement la vie quotidienne (29). Ce « changement de vie » était vécu comme une véritable « révolution » (27).

Aussi, le post-partum était une période où la vie sexuelle s'altérait pour les couples (49–51). La fréquence des rapports sexuels diminuait (3,8,14,52) et une perte de spontanéité était observée comparativement à avant la grossesse (27,50,52). La survenue d'une dyspareunie et la baisse du plaisir féminin étaient des symptômes courants (8,14,22) même si ce dernier pouvait rester inchangé ou augmenter chez certaines femmes (22). Le déclin de la sexualité commençait dès la grossesse (3,14,51) et persistait durant la première année du post-partum (3), bien qu'une reprise graduelle des rapports avait lieu entre trois et six mois (14). Hommes et femmes étaient dans l'ensemble insatisfaits de leur vie sexuelle pendant cette période (5). Toutefois, ces résultats pourraient être nuancés par le fait que l'activité et la satisfaction sexuelle du couple tendraient à diminuer avec le temps, qu'il y ait des enfants ou non (6). Les parents exprimaient le fait d'être insuffisamment préparés à de tels impacts en matière de sexualité (3,14).

Quand à la baisse du désir, elle était aussi décrite au cours du post-partum, chez les mères (49,50) comme chez les pères (29) surtout les premiers mois, bien que le degré ou la fréquence de

désir étaient souvent supérieurs chez les hommes (5,14). La fatigue et le manque de temps étaient pour les deux membres du couple des facteurs impactant de façon négative le désir (14,49,50,53). Et même quand ce dernier était présent et partagé, le besoin de sommeil l'emportait (5,29).

Les changements corporels observés par les femmes après la grossesse et l'accouchement entraînaient une altération de leur image corporelle (51). Le fait de se sentir complexée et moins attirante pour leur partenaire contribuait à diminuer leur désir (50,51). Cependant, les pères étaient peu ou pas impactés par ces modifications dans leur sexualité et gardaient un regard aimant sur leur conjointe (29,52). Ils jouaient un rôle important de réassurance (29,49).

Du côté des hommes, cette baisse de désir pouvait être associée à leur nouveau rôle de père ou à la peur de faire mal à leur partenaire (54). Cette appréhension freinait la reprise des rapports pour beaucoup de couples (8,52).

Comme dans notre étude, une discordance de désir au sein du couple était mise en évidence dans des études antérieures avec un désir plus important du côté des hommes. Cela pouvait constituer un problème pour le couple, bien que la situation était la plupart du temps bien acceptée et que les couples étaient confiants dans son amélioration rapide (5,49,52,55). D'un côté, les hommes faisaient preuve de patience envers leur partenaire pour qu'elle se sente à l'aise avec leur corps et que l'envie soit partagée ; de l'autre, les femmes acceptaient de reprendre les rapports plus tôt, même si elles n'éprouvaient pas de désir, avec l'idée que plus l'attente était longue, plus cela serait difficile (49).

Se retrouver « à mi-chemin » par des gestes de tendresse (caresses, câlins) était un moyen de mieux vivre cette période d'attente (19). Certains pères exprimaient l'importance de se focaliser sur la relation d'amour qui les unissait à leur partenaire (29). Une donnée récurrente et similaire à nos résultats était l'importance de passer du temps à deux, y compris pour des activités ordinaires de

la vie quotidienne tels que les temps de repas (52). Cela permettait de recréer de l'intimité et renforçait la relation de couple (14,49,50).

La relation fusionnelle entre la mère et son enfant reléguait l'intimité et la sexualité du couple au second plan (14,50). Le besoin d'affection des femmes était parfois comblé par le contact physique avec l'enfant (14,49) ce qui pouvait générer un sentiment de frustration chez le conjoint (54).

L'allaitement maternel avait un impact négatif sur la sexualité (5,8,14,55,56). Cela se traduisait par une baisse de désir du couple (5,8,14). Les rôles nourricier et sexuel des seins étaient difficilement compatibles pour la femme comme pour l'homme (8,14,49,52). Ces derniers avaient donc tendance à les éviter, comme s'ils « appartenaient » au bébé (29).

En miroir de nos résultats qui mettaient en avant la reprise de la vie professionnelle comme un facteur positif pour la vie de couple, les femmes dans l'étude de Woolhouse et al. expliquaient que le retrait temporaire de la vie active contribuait à altérer leur désir sexuel. Cela impliquait des changements significatifs de mode de vie à savoir une baisse d'indépendance financière, de contact social avec les adultes et une augmentation des responsabilités à la maison (50).

La communication et le soutien mutuel au sein du couple jouaient un rôle primordial dans la relation conjugale (5,14,52). L'« écoute réciproque, le « désir de faire des compromis » (5), la possibilité de discuter de solution sans se sentir jugé (49) renforçait le couple et permettait de faire face à cette nouvelle situation. De même, le « soutien émotionnel du partenaire » (14) et le sentiment de former une « équipe » (14,50) étaient fondamentaux. Cela améliorait le rapport du couple à la sexualité (5,14,29) voire la sexualité elle-même (52,53).

Au total, comme dans nos résultats, certaines études décrivaient l'arrivée du premier enfant comme une période de bouleversements mais de bonheur partagé pour le couple. En effet, les parents bien qu'insatisfaits dans leur sexualité étaient vraiment heureux dans leur relation de couple

(5). Devenir parents créait habituellement une intimité partagée plus profonde, par la mise en commun d'expériences et d'émotions, d'activités entreprises à deux, à la fois avec sérieux et rire (19). Du côté des pères, l'enfant était l'« intérêt mutuel du couple ». Les changements relationnels étaient courants mais donnaient lieu à une relation plus unie et plus proche (27). Les adaptations dans leur sexualité n'étaient pas simples mais vécues finalement de façon positive (52).

Dans notre étude, une participante décrivait le traumatisme psychique et physique de son accouchement et l'impact négatif sur sa relation de couple et sa relation avec son enfant. Ce phénomène de stress post-traumatique après l'accouchement a été décrit dans une étude américaine de 2004 à partir des témoignages écrits de quarante femmes. Les facteurs communs à toutes ces femmes étaient une forte appréhension de l'accouchement, une prise en charge à la maternité discutable sur le plan humain (perception d'un manque de considération, défaut de communication ou de réassurance ou non recueil du consentement) source de sentiments négatifs (insécurité, impuissance, comparaison au viol, peur de mourir ou de perdre son enfant) et un accouchement compliqué (57).

Des études antérieures se sont aussi intéressées aux attentes des couples envers les professionnels de santé durant le post-partum. Les femmes exprimaient le besoin de soutien psychologique et de réassurance sur leur corps et leur vie sexuelle. Elles préféraient parler de leur ressenti et de leur baisse de libido plutôt que de contraception. Elles trouvaient que parler de sexualité au cours d'une consultation qui aurait lieu plus tard, vers le quatrième ou cinquième mois après l'arrivée du bébé, leur serait plus profitable car cela correspondrait au moment où elles étaient plus en phase avec cette question (49). Les hommes pensaient qu'il était important que les soignants ne soient pas stressés à l'idée d'aborder le sujet avec les couples et qu'ils puissent le faire de façon décontractée. Ils souhaitaient également être rassurés et autorisés à un temps d'adaptation dans cette étape de transition vers la paternalité (29). Une revue de littérature publiée en 2011 souligne le besoin des couples à être rassurés sur le caractère normal et temporaire de tous les changements survenant communément dès le troisième trimestre de grossesse et persistant largement les trois à

six premiers mois après l'accouchement. Engager une discussion sur la sexualité et délivrer des conseils anticipés pourrait améliorer le fonctionnement sexuel, diminuer le stress, la tension émotionnelle et les inquiétudes sur les attentes conjugales. Cela permettrait d'atténuer l'impact négatif sur la qualité de vie globale. L'évaluation en consultation de la relation de couple et du réseau de support, apparaissait comme fondamentale (54).

3.2. Données absentes de nos résultats

La question de la contraception n'a pas été évoquée dans nos entretiens alors que cela constitue un enjeu important pour de nombreux couples dans des études antérieures. Cela peut pourtant impacter la sexualité du couple en différant la reprise des rapports pour éviter une nouvelle grossesse trop rapide (14,23). On pourrait en déduire que les couples avaient bénéficié d'une prise en charge satisfaisante par les professionnels de santé sur ce point.

Contrairement à certaines études, nous n'avons pas de données exhaustives sur l'activité sexuelle des couples lors du coït (comportements sexuels, orgasmie (8)) et en dehors (masturbation, sexe oral (22)). Cela est conditionné par notre choix de méthode de recueil des données par entretiens de couple.

Alors que l'arrivée du premier enfant est une période de vulnérabilité pour le couple, où l'émergence de violences conjugales (8) comme le début de relations extra-conjugales sont des phénomènes possibles (58), le choix que nous avons fait de réaliser des entretiens, qui plus est en couple, ne permettait pas de recueillir de données en ce sens. Cela peut s'expliquer par un biais de recrutement (proposition de participation à l'étude déclinée) ou par un biais d'information (gêne à délivrer une telle information devant son conjoint ou une tierce-personne).

3.3. Apports de l'étude par rapport aux études antérieures

Alors que de nombreuses publications sur le post-partum se sont intéressées à dater la reprise des rapports sexuels dans le couple ou à montrer les fluctuations du désir et du plaisir sexuel, nous nous sommes plutôt attachées à décrire la dynamique à l'œuvre au sein du couple lors de la transition vers la parentalité. Une analyse de la période du post-partum avait déjà été proposée par Gloger-Tippelt en 1988 selon une chronologie en quatre phases, mais avec une approche centrée sur la parentalité et du point de vue maternel (59). Nous retrouvons aussi des étapes psychiques mais de durées variables et notre approche est plus axée sur la conjugalité avec un regard croisé des couples.

Au-delà des axes communs qui se dégagent de nos entretiens, notre étude met en lumière les singularités propres à chacun. Ainsi, cela doit inciter à s'intéresser au vécu intime de chaque couple à cette période de vie.

Ce travail met en avant les bénéfices de la narrativité conjugale, possible grâce à l'entretien de couple. Le partage du vécu de chacun en couple devant une tierce personne crée une dynamique positive dans le couple, en apportant plus de sens et de cohérence à leur histoire.

Nos résultats soulignent l'impact positif de la rééducation périnéale sur la sexualité du couple, au-delà du retour à la continence urinaire et de la prévention des prolapsus, en aidant la femme à se réapproprier son corps. Laurence Cassé parlait d'« une reconquête de l'intégrité corporelle » et d'« un juste retour vers soi » (60). Pourtant, les dernières recommandations du CNGOF de 2015 ne préconisent une rééducation périnéale que pour les femmes souffrant d'incontinence urinaire persistante après 3 mois ou d'incontinence anale (61). Elle n'est pas recommandée chez les autres femmes en raison de l'absence de preuve scientifique de son intérêt. Or, comme l'ont signalé Faucheron et al : « plutôt que de ne pas recommander une rééducation en l'absence de preuve de son efficacité, il aurait mieux valu prôner l'absence de recommandation possible en l'état actuel des connaissances scientifiques. » (62).

La transition vers la parentalité est un événement de vie majeur du développement à l'âge adulte. Elle implique une réorganisation du soi et de l'environnement. Elle est à l'origine d'une crise susceptible d'entraîner des changements bio-psycho-sociaux chez l'individu (63). Le bébé est un « révolutionnaire » puisque sa venue au monde vient bouleverser l'ordre établi et ainsi contribuer à créer ses parents (64). Cette « expérience transformative » permet de passer du couple amant au couple parent (63). Il s'agit donc d'un moment décisif où l'équilibre du couple est rompu (65). La réalisation d'un travail de deuil sur leur vie antérieure permet de dépasser cette crise (34).

L'existence de cercles vertueux ou vicieux entre le parental et le conjugal a été décrite : « Des conjoints qui s'entendent bien, qui ont un enfant facile, se sentiront compétents comme parents, auront moins besoin du soutien de l'autre et attendront moins de leur conjoint. Ils seront donc moins facilement déçus et renforceront plus facilement l'autre parent, ce qui aura des retombées positives sur leurs relations de couple » (66).

4. Perspectives

Notre travail a pour vocation l'amélioration des pratiques du médecin généraliste par une meilleure connaissance des attentes exprimées par les couples devenant parents pour la première fois. Il s'inscrit dans une démarche préventive. Au vu de nos résultats et de leur confrontation à la littérature, il y aurait un intérêt pour les couples qui traversent cette période de vulnérabilité à ce que le médecin généraliste soit attentif et à l'écoute, qu'il engage une discussion avec eux sur le bien-être conjugal, pour repérer d'éventuels signes de souffrance et proposer un accompagnement à ceux qui le souhaiteraient.

Il se dégage de nos résultats plusieurs paramètres évaluables par les professionnels de santé pour repérer les couples les plus vulnérables :

- le niveau et la qualité de communication, d'échange et d'écoute, de soutien et d'entraide entre les partenaires
- l'existence d'un réseau relationnel soutenant pour le couple (familial, amical et professionnels de santé et de l'enfance)
- des situations à risque qui, si elles se pérennisent, peuvent menacer l'équilibre conjugal :
 - la présence durable du bébé dans la chambre parentale
 - l'absence de reprise professionnelle de la femme
 - l'allaitement maternel exclusif prolongé
 - l'absence de garde de l'enfant par une tierce personne.

Ce repérage permettrait de proposer une conduite à tenir, à savoir un temps dédié de consultation de couple.

Nous pensons que cela pourrait être bien accueilli par les couples à partir du quatrième mois après la naissance de l'enfant, au moment où ils commencent à avoir plus de recul sur leur relation conjugale. En effet, les parents seraient probablement plus disponibles après les trois premiers mois. De plus, l'enfant est en général vu par le médecin de façon mensuelle les premiers mois. De son côté, la femme consulte entre six et huit semaines après l'accouchement dans le cadre de la consultation post-natale.

Néanmoins, ces paramètres seraient à nuancer, selon le point de vue duquel on se place, celui du couple ou celui de l'enfant.

Si l'allaitement maternel exclusif prolongé peut altérer la sexualité du couple, pour autant, il est incontestablement bénéfique sur la santé de l'enfant et de la femme (67,68).

De même, la question de la présence du bébé dans la chambre parentale rencontre deux visions opposées. Si la séparation des chambres aide le couple à retrouver une intimité, faire chambre commune avec l'enfant au minimum les six premiers mois diminuerait le risque de mort subite du nourrisson d'au moins 50% (69).

Enfin, la reprise professionnelle de la femme apparaissait dans notre étude comme un facteur positif pour l'équilibre du couple. Or, la durée du congé maternité est bien plus longue dans certains pays, notamment en Suède, mettant en avant les objectifs de bien-être de l'enfant et de recherche d'un équilibre entre travail et famille (70). Mais qu'en est-il de l'impact sur la vie conjugale ?

BIBLIOGRAPHIE

1. Geberowicz B, Barroux-Chabanol C. Le couple face à l'arrivée de l'enfant : Surmonter le baby-clash. Paris: Editions Albin Michel; 2014. 263 p.
2. Bydlowski M. La crise parentale de la première naissance. *Inf Soc.* 1 avr 2008;(132):64-75.
3. Corkindale CJ, Condon JT, Boyce P. The first-time fathers study: a prospective study of the mental health and wellbeing of men during the transition to parenthood. 2004 [cité 12 mars 2015]; Disponible sur: <http://dspace.flinders.edu.au/xmlui/handle/2328/10164>
4. De Judicibus MA, McCabe MP. Psychological Factors and the Sexuality of Pregnant and Postpartum Women. *J Sex Res.* mai 2002;39(2):94.
5. Ahlborg T, Dahlöf L, Hallberg LR. Quality of the intimate and sexual relationship in first-time parents six months after delivery. *J Sex Res.* mai 2005;42(2):167-74.
6. von Sydow K. Sexuality during pregnancy and after childbirth: a metacontent analysis of 59 studies. *J Psychosom Res.* juill 1999;47(1):27-49.
7. Wallwiener S, Müller M, Doster A, Kuon RJ, Plewniok K, Feller S, et al. Sexual activity and sexual dysfunction of women in the perinatal period: a longitudinal study. *Arch Gynecol Obstet.* avr 2017;295(4):873-83.
8. Brtnicka H, Weiss P, Zverina J. Human sexuality during pregnancy and the postpartum period. *Bratisl Lekárske Listy.* 2009;110(7):427-31.
9. Paterson LQP, Davis SNP, Khalifé S, Amsel R, Binik YM. Persistent genital and pelvic pain after childbirth. *J Sex Med.* janv 2009;6(1):215-21.
10. Rosen NO, Pukall C. Comparing the Prevalence, Risk Factors, and Repercussions of Postpartum Genito-Pelvic Pain and Dyspareunia. *Sex Med Rev.* avr 2016;4(2):126-35.
11. Barbara G, Pifarotti P, Facchin F, Cortinovis I, Dridi D, Ronchetti C, et al. Impact of Mode of Delivery on Female Postpartum Sexual Functioning: Spontaneous Vaginal Delivery and Operative Vaginal Delivery vs. Cesarean Section. *J Sex Med.* mars 2016;13(3):393-401.
12. Connolly A, Thorp J, Pahel L. Effects of pregnancy and childbirth on postpartum sexual function: a longitudinal prospective study. *Int Urogynecology J.* août 2005;16(4):263-7.
13. McDonald EA, Brown SJ. Does method of birth make a difference to when women resume sex after childbirth? *BJOG Int J Obstet Gynaecol.* juin 2013;120(7):823-30.
14. de Pierrepont C, Polomeno V, Bouchard L, Reissing E. Que savons-nous sur la sexualité périnatale ? Un examen de la portée sur la sexopérinatalité – Partie 2. *J Gynécologie Obstétrique Biol Reprod.* oct 2016;45(8):809-20.

15. Safarinejad MR, Kolahi AA, Hosseini L. The effect of the mode of delivery on the quality of life, sexual function, and sexual satisfaction in primiparous women and their husbands. *J Sex Med.* juin 2009;6(6):1645-67.
16. Hipp LE, Kane Low L, van Anders SM. Exploring women's postpartum sexuality: social, psychological, relational, and birth-related contextual factors. *J Sex Med.* sept 2012;9(9):2330-41.
17. Faisal-Cury A, Menezes PR, Quayle J, Matijasevich A, Diniz SG. The relationship between mode of delivery and sexual health outcomes after childbirth. *J Sex Med.* mai 2015;12(5):1212-20.
18. Sok C, Sanders JN, Saltzman HM, Turok DK. Sexual Behavior, Satisfaction, and Contraceptive Use Among Postpartum Women. *J Midwifery Womens Health.* avr 2016;61(2):158-65.
19. Ahlborg T, Strandmark M. Factors influencing the quality of intimate relationships six months after delivery—First-time parents' own views and coping strategies. *J Psychosom Obstet Gynecol.* janv 2006;27(3):163-72.
20. OMS | Santé sexuelle [Internet]. WHO. 2006 [cité 27 avr 2017]. Disponible sur: http://www.who.int/topics/sexual_health/fr/
21. Collignon A. Sexualité des femmes après la grossesse: quelle place pour le médecin généraliste? [Thèse d'exercice]. [France]: Université de Versailles-Saint-Quentin-en-Yvelines; 2013.
22. Barrett G, Pendry E, Peacock J, Victor C, Thakar R, Manyonda I. Women's sexual health after childbirth. *BJOG Int J Obstet Gynaecol.* février 2000;107(2):186-95.
23. Leeman LM, Rogers RG. Sex after childbirth: postpartum sexual function. *Obstet Gynecol.* mars 2012;119(3):647-55.
24. Fiche Action: Couple, sexualité et contraception [Internet]. 2010. Disponible sur: <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1310-3q.pdf>
25. Comment mieux informer les femmes enceintes? Recommandations HAS pour les professionnels de santé [Internet]. 2005 [cité 25 mai 2015]. Disponible sur: http://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/infos_femmes_enceintes_rap.pdf
26. Darai E, Vendittelli F. Directive Qualité du CNGOF - Contenu minimum obligatoire d'un dossier de consultation en gynécologie [Internet]. <http://www.cngof.asso.fr>. 2010. Disponible sur: http://www.cngof.asso.fr/D_TELE/dossier_gyneco.pdf
27. Fägerskiöld A. A change in life as experienced by first-time fathers. *Scand J Caring Sci.* 1 mars 2008;22(1):64-71.
28. Williamson M, McVeigh C, Baafi M. An Australian perspective of fatherhood and sexuality. *Midwifery.* mars 2008;24(1):99-107.

29. Olsson A, Robertson E, Björklund A, Nissen E. Fatherhood in focus, sexual activity can wait: new fathers' experience about sexual life after childbirth A. Olsson et al. *Fatherhood in focus, sexual activity can wait*. *Scand J Caring Sci*. décembre 2010;24(4):716-25.
30. Miljanovic Boris. *Sexualité masculine du post partum* [Internet]. Nantes; 2010. Disponible sur: http://www.ansfl.org/media/old_website/medias/doc/111014-Sexualitmasculinedupostpartumcomplet.pdf
31. Douard S, Coutance V. *De la vie à deux à la vie à trois: impact de la naissance du premier enfant sur la reprise de la sexualité du couple*. Caen, France: Université de Caen; 2014.
32. O'Malley D, Higgins A, Smith V. Postpartum sexual health: a principle-based concept analysis. *J Adv Nurs*. oct 2015;71(10):2247-57.
33. Rouyer V, Devault A, Zaouche-Gaudron C. *Conjugalité et parentalité* [Internet]. ERES; 2010 [cité 15 févr 2017]. Disponible sur: http://www.cairn.info/resume.php?ID_ARTICLE=ERES_ZAOUUC_2005_01_0037
34. Dupré laTour M. Les crises du couple. *Couples Fam Métamorphoses*. 1 avr 2012;35-50.
35. Sellenet C. *La parentalité décryptée: pertinence et dérive d'un concept*. L'Harmattan. Paris; 2007.
36. Houzel D. *Les enjeux de la parentalité*. Érès. Toulouse, France; 1999.
37. Roskam I, Galdiolo S, Meunier J-C, Stiévenart M. *Psychologie de la parentalité*. Louvain-la-Neuve: De Boeck Supérieur; 2015.
38. Janne P, Reynaert C, Lamy-Bergot C. Les strates de l'intime conjugal. *Thérapie Fam*. 2009;30(4):465-85.
39. Freud S. *Trois essais sur la théorie sexuelle*. 1985. (Folio essais).
40. Houzel D. *Fonctions du tiers dans la relation entre la mère et le bébé* [Internet]. Dunod; 2016 [cité 21 mars 2017]. Disponible sur: http://www.cairn.info/buadistant.univ-angers.fr/resume.php?ID_ARTICLE=DUNOD_MELLI_2015_01_0081
41. Bonnaud H, Miller J-A. *L'inconscient de l'enfant: Du symptôme au désir de savoir*. Paris: Coédition Navarin; 2013. 169 p.
42. Ricoeur P. *Temps et récit*. Paris: Éd. du Seuil; 1985.
43. Michel J. *Narrativité, narration, narratologie: du concept ricœurrien d'identité narrative aux sciences sociales*. *Rev Eur Sci Soc Eur J Soc Sci*. 1 janv 2003;(XLI-125):125-42.
44. Golse B. *Qu'est-ce que grandir?* *Contraste*. 2016;(44):23-39.
45. Zigante F, Borghine A, Golse B. *Narrativité des enfants en psychothérapie analytique: évaluation du changement*. *Psychiatr Enfant*. 27 juill 2009;52(1):5-43.

46. Golse B. La mise en récit comme maillon thérapeutique de nos interventions précoces [Internet]. ERES; 2010 [cité 20 févr 2017]. Disponible sur: http://www.cairn.info/buadistant.univ-angers.fr/resume.php?ID_ARTICLE=ERES_BOUKO_2007_01_0063
47. Favez N, Frascarolo-Moutinot F. La construction de l'identité de soi dans la famille, Summary. *Psychothérapies*. 1 déc 2006;25(4):241-6.
48. Belsky J, Spanier GB, Rovine M. Stability and change in marriage across the transition to parenthood,. *J Marriage Fam*. 1983;
49. Olsson A, Lundqvist M, Faxelid E, Nissen E. Women's thoughts about sexual life after childbirth: focus group discussions with women after childbirth. *Scand J Caring Sci*. déc 2005;19(4):381-7.
50. Woolhouse H, McDonald E, Brown S. Women's experiences of sex and intimacy after childbirth: making the adjustment to motherhood. *J Psychosom Obstet Gynaecol*. déc 2012;33(4):185-90.
51. Pauls RN, Occhino JA, Dryfhout VL. Effects of Pregnancy on Female Sexual Function and Body Image: A Prospective Study. *J Sex Med*. août 2008;5(8):1915-22.
52. MacAdam R, Huuva E, Berterö C. Fathers' experiences after having a child: sexuality becomes tailored according to circumstances. *Midwifery*. oct 2011;27(5):e149-55.
53. van Anders SM, Hipp LE, Kane Low L. Exploring co-parent experiences of sexuality in the first 3 months after birth. *J Sex Med*. août 2013;10(8):1988-99.
54. Johnson CE. Sexual health during pregnancy and the postpartum. *J Sex Med*. mai 2011;8(5):1267-1284; quiz 1285-1286.
55. Pastore L, Owens A, Raymond C. Postpartum sexuality concerns among first-time parents from one U.S. academic hospital. *J Sex Med*. janv 2007;4(1):115-23.
56. Signorello LB, Harlow BL, Chekos AK, Repke JT. Postpartum sexual functioning and its relationship to perineal trauma: A retrospective cohort study of primiparous women. *Am J Obstet Gynecol*. avr 2001;184(5):881-90.
57. Beck CT. Birth trauma: in the eye of the beholder. *Nurs Res*. févr 2004;53(1):28-35.
58. Gray PB, Reece J-A, Coore-Desai C, Dinnall-Johnson T, Pellington S, Samms-Vaughan M. Sexuality among fathers of newborns in Jamaica. *BMC Pregnancy Childbirth*. 21 févr 2015;15:44.
59. Bitzer J, Alder J. Sexuality During Pregnancy and the Postpartum Period. *J Sex Educ Ther*. 21 janv 2015;25(1):49-58.
60. Cassé L. La rééducation périnéale : réappropriation par la femme de son corps. *Spirale*. 2003;no 26(2):117-20.

61. Deffieux X, Vieillefosse S, Billecocq S, Battut A, Nizard J, Coulm B, et al. Rééducation périnéale et abdominale dans le post-partum : recommandations. J Gynécologie Obstétrique Biol Reprod. décembre 2015;44(10):1141-6.
62. Faucheron J-L, Trilling B, Damon H. Rééducation périnéale et abdominale dans le postpartum : l'absence d'évidence justifie-t-elle l'absence de recommandations ? J Gynécologie Obstétrique Biol Reprod. oct 2016;45(8):992-3.
63. Roskam I, Galdiolo S, Meunier J-C, Stievenart M. Psychologie de la parentalité : Modèles théoriques et concepts fondamentaux.
64. Mellier D, Belot R-A, Candilis-Huisman D, Cuynet P. Le bébé et sa famille - Place, identité et transformation [Internet]. Dunod. 2015 [cité 9 févr 2017]. 232 p. Disponible sur: <http://www.dunod.com/sciences-sociales-humaines/psychologie/psychanalyse/ouvrages-professionnels/le-bebe-et-sa-famille>
65. Tournier C. Réflexions sur la « crise » du postpartum. Spirale. 2003;no 26(2):109-15.
66. Geneviève Bergonnier-Dupuy, Monique Robin. Couple conjugal, couple parental : vers de nouveaux modèles. ERES. Toulouse, France; 2007. 304 p.
67. Leche League. L'allaitement et la santé des enfants : AA 27 [Internet]. [cité 9 mai 2017]. Disponible sur: <https://www.llfFrance.org/vous-informer/fonds-documentaire/allaiter-aujourd-hui-extraits/1108>
68. OMS | Allaitement [Internet]. WHO. [cité 15 avr 2017]. Disponible sur: <http://www.who.int/topics/breastfeeding/fr/>
69. Moon RY and AAP, ASK FORCE ON SUDDEN INFANT, DEATH SYNDROM. SIDS and Other Sleep-Related Infant Deaths: Evidence Base for 2016 Updated Recommendations for a Safe Infant Sleeping Environment. Pediatrics. nov 2016;138(5).
70. DREW E. Le congé parental dans les Etats membres du Conseil de l'Europe. Direction Générale des Droits de l'Homme; 2005.

TABLE DES MATIERES

RESUME	2
INTRODUCTION	3
DEFINITIONS ET CONCEPTS	5
MÉTHODES	8
1. Type d'étude	8
2. Sélection de la population	8
3. Recrutement	8
4. Entretiens	9
5. Analyse	10
6. Aspects éthiques	10
RÉSULTATS	11
1. Caractéristiques de la population étudiée	11
2. Données recueillies	12
2.1. Une « histoire naturelle » du couple, avec des phases incontournables	12
2.1.1. Un désir à l'épreuve	12
2.1.2. Un réaménagement du désir	15
2.1.3. Une reprise progressive de la sexualité.....	17
2.1.4. Un équilibre conjugal qui tend à revenir au sein de la dynamique familiale	19
2.1.5. Regard des couples sur cette période de transition	23
2.2. Des singularités	26
2.2.1. Une mère en souffrance.....	26
2.2.2. Un père en difficulté	27
2.2.3. Le « bébé symptôme »	27
2.3. Attentes des couples en difficulté et place du professionnel de santé	29
2.4. Impact de l'entretien sur les couples : les effets de la « narrativité conjugale »	32
DISCUSSION	34
1. Résultats principaux	34
2. Forces et faiblesses	35
2.1. Forces de l'étude.....	35
2.2. Faiblesses de l'étude.....	36
3. Confrontation des résultats aux données de la littérature	38
3.1. Résultats concordants avec les études antérieures.....	38
3.2. Données absentes de nos résultats	42
3.3. Apports de l'étude par rapport aux études antérieures	43
4. Perspectives	44
BIBLIOGRAPHIE	47
TABLE DES MATIERES	52
ANNEXES	I

ANNEXES

ANNEXE 1 : LETTRE D'INFORMATION AUX PROFESSIONNELS DE SANTE

Madame, Monsieur,

Nous nous permettons de vous contacter dans le cadre de notre travail de thèse, qui s'intéresse à explorer le vécu du couple à l'arrivée du premier enfant. Notre directrice de thèse est le Dr Cécile MASSON-BELLANGER, médecin généraliste installée à Angers.

Il s'agit d'une thèse qualitative avec réalisation d'entretiens de couples. Nous souhaitons donc rencontrer parmi vos patients un couple devenu parents pour la première fois récemment, c'est-à-dire dans l'année suivant l'accouchement. Les entretiens sont réalisés à partir du 4^e mois après la naissance.

Nous avons fait le choix de ne pas inclure dans notre échantillon les couples dont les femmes ont subi des complications sévères du post-partum (psychiatriques, infectieuses, hémorragiques ou thromboemboliques veineuses) ; les couples séparés, pendant ou après la grossesse ; les personnes ne parlant pas français ou encore les parents mineurs.

Ces entretiens, menés de façon semi-dirigée, pourront se tenir dans le lieu de leur choix, comme par exemple à leur domicile. D'une durée estimée à environ 60 minutes, ils seront enregistrés par dictaphone, pour permettre une analyse secondaire exhaustive, mais seront retranscrits de manière totalement anonyme. Les participants pourront être amenés à évoquer leur vécu et ressenti personnel et intime de leur relation de couple (sexualité, désir, plaisir).

Nous vous serions donc reconnaissantes si vous pouviez proposer à ces couples la participation à un entretien. Nous avons simplement besoin qu'ils vous donnent l'autorisation que nous les contactions, et que vous nous communiquiez leurs coordonnées (numéro de téléphone et adresse mail).

Nous nous chargerons de leur présenter plus amplement notre démarche par la suite. Nous leur transmettrons par la même occasion une lettre d'information et un formulaire de consentement (documents ci-joints).

Nous restons bien évidemment à votre disposition pour tout renseignement complémentaire.

En vous remerciant d'avance,

Elsa HAUTREUX et Stéphanie MORGAND

ANNEXE 2 : LETTRE D'INFORMATION AUX COUPLES

Madame, Monsieur,

Nous sommes internes en médecine générale à la faculté d'Angers, et nous vous proposons de participer à un travail de recherche dans le cadre de notre thèse d'exercice en Médecine Générale.

Cette étude a pour but d'explorer la vie de couple à l'arrivée du premier enfant. Nous nous intéressons à mieux cerner les éventuels changements que les couples peuvent vivre dans leur relation, y compris dans leur intimité, au cours de l'année qui suit la naissance du premier enfant.

Cette étude est dirigée par le Dr Cécile Masson-Bellanger, médecin généraliste installée à Angers. Votre participation ne modifiera en rien votre prise en charge médicale. Votre collaboration n'entraîne aucune participation financière de votre part. Votre participation se traduira par une unique rencontre avec l'une de nous deux pour échanger librement sur le sujet, dans le lieu de votre choix (le plus souvent au domicile). Il faut prévoir environ 1 heure. Vous aurez la possibilité d'interrompre l'échange à tout moment et totalement si vous le désirez, sans qu'aucune justification ne vous soit demandée. L'entretien sera mené de façon « semi-dirigée », c'est-à-dire à partir de quelques questions générales, desquelles vous pourrez vous exprimer chacun à votre tour. Pourra être évoqué votre vécu intime de la relation de couple depuis l'arrivée de votre enfant (sexualité, désir, plaisir). L'entretien sera enregistré (par dictaphone), puis retranscrit dans son intégralité par ordinateur. Rien de ce qui a été dit ne sera modifié. Toutes les informations recueillies pendant cet entretien seront rendues anonymes. Vous pourrez, si vous le souhaitez, relire l'entretien retranscrit sur papier, et demander qu'il ne soit pas utilisé. A l'issue de cet entretien, si vous ressentez le besoin d'échanger encore sur le sujet, nous pourrions faire le lien avec votre médecin généraliste ou un psychologue. La publication de cette recherche ne comportera aucun résultat individualisable. Vos données anonymisées seront conservées par l'équipe de recherche. Elles pourront être utilisées pour la formation ou la recherche au sein de l'Université d'Angers. Le Comité d'Éthique du CHU d'Angers a évalué la pertinence éthique de cette étude et a émis un avis favorable à sa mise en œuvre.

Nous vous remercions d'avoir pris le temps de lire cette lettre. Si vous êtes d'accord pour participer à l'étude, nous vous demanderons de nous remettre le formulaire ci-joint signé lorsque nous nous rencontrerons pour effectuer l'entretien.

Elsa Hautreux et Stéphanie Morgand

ANNEXE 3 : GUIDE D'ENTRETIEN

1^e PARTIE : INTRODUCTION

A. Présentation de l'intervieweuse et définition du cadre contractuel de l'entretien

B. Présentation des participants

C. Introduction au sujet

- Pouvez-vous me raconter brièvement comment vous avez vécu, dans votre couple, la grossesse ... ?
Comment était votre relation de couple pendant cette période ?
- Comment avez-vous vécu l'accouchement ?

2^e PARTIE : CONSIGNE INITIALE

- Pouvez-vous me raconter comment les premiers mois qui ont suivi l'arrivée de votre enfant se sont passés ? Quel est votre vécu ?
 - ... entre vous / dans votre relation conjugale / au sein de votre couple ?
 - ... dans votre vie personnelle / dans votre intimité ?
 - ... dans votre organisation personnelle / au quotidien ?
- Et comment ça se passe actuellement entre vous ?
- Au fond, y a-t-il eu changement(s) / petites modifications ?

Axes thématiques

Les changements physiques

- En quoi certains changements physiques ont-ils pu impacter votre relation ?

Les changements psychologiques / La place de chacun

- Comment chacun a-t-il trouvé sa place dans cette nouvelle organisation familiale ?
 - Image de soi
 - Place de la relation de couple à côté de la relation parent-enfant
 - Entrée dans la maternité / paternité
- La vie sociale

La communication

- Comment définiriez-vous la communication / l'entente au sein de votre couple depuis ?
- Avez-vous ressenti des obstacles au dialogue avec l'autre ?
- Communication avec l'entourage ? avec un professionnel de santé ?
 - Si ça n'allait pas, avez-vous cherché / trouvé soutien et écoute auprès de quelqu'un ?

La sexualité

Le désir

- Y a-t-il eu des changements en ce qui concerne votre désir ?

Le plaisir

- Y a-t-il eu des changements en ce qui concerne votre plaisir ?

Les attentes envers le conjoint

- Qu'est-ce que vous attendiez de l'autre / de votre conjoint durant cette période ?
- Au fond, qu'est-ce qui était important pour vous que votre conjoint fasse ?
- Vous aviez imaginé des rôles propres à chacun ?

La place du professionnel de santé

- Quelles attentes avez-vous pu ou pouvez-vous éprouver envers votre médecin généraliste ?
- A-t-il abordé la question de la reprise de la sexualité avec vous ?
- Avez-vous reçu des informations de cet ordre ?
- Avez-vous eu le sentiment d'être suffisamment préparés à l'après accouchement ?

3^e PARTIE : CONCLUSION ET OUVERTURE

A l'issue de cet entretien :

- Aimerez-vous ajouter quelque chose ? / A-t-on oublié de parler de quelque chose d'important ?
Avez-vous des remarques finales ? / Qu'est-ce qui est essentiel pour vous dans cette discussion ?
- Avez-vous découvert un vécu / une souffrance que vous ne soupçonniez pas chez vous / chez votre partenaire ?
Avez-vous appris quelque chose sur vous-même ?
- Auriez-vous envie d'en parler à nouveau avec un professionnel de santé ?
- Auriez-vous trouvé plus bénéfique d'évoquer votre vécu intime en entretien seul ?
- Est-ce que si votre médecin traitant vous avait proposé une consultation de couple à cette période, dans le cadre d'un suivi systématique, vous y auriez trouvé un intérêt ?

4^e PARTIE : COMPLEMENT D'INFORMATIONS

Recueil des données générales manquantes

ANNEXE 4 : AVIS DU COMITE D'ETHIQUE

« Le comité d'éthique a examiné dans sa séance du 18 novembre votre projet de thèse, enregistré sous le N° 2015- 85

Le comité a soulevé plusieurs questions :

Surprise à la lecture du protocole sur l'individualisation du sujet centré sur la sexualité.

Etude sous forme d'entretien de couples, 4 mois à 1 an après l'accouchement.

Différence sur la durée de l'entretien, estimé à 90 minutes dans le document destiné au médecin généraliste et à 45-60 minutes dans le document pour les personnes sollicitées.

Les questions concernant la sexualité peuvent gêner les personnes interrogées et cet élément n'est pas mentionné sur la lettre d'information.

Le recrutement se fait via le médecin généraliste, peut-on imaginer une démarche active des personnes interrogées ? Cela soulèverait une problématique en termes de biais de recrutement car limiterait le travail à des personnes ayant une éventuelle problématique et soucieux d'en discuter. Un des résultats attendu est de mettre en évidence une sous-évaluation de certaines difficultés avec pour objectif de sensibiliser les médecins à la recherche des difficultés non exposées par les patients.

Interrogation de certains membres du Comité sur la place de la médecine dans ce que certains considèrent la sphère de la vie privée.

Pour d'autres membres, la médecine s'interroge sur le bien être au sens large, l'évolution s'est faite de la notion de maladie ou de pathologie vers une réflexion sur la bonne santé (cf définition de l'OMS).

Il paraît nécessaire de clarifier le document d'information afin que les personnes interrogées soient bien au fait de l'orientation des questions qui seront proposées.

Ce travail ne doit pas mettre les personnes dans l'embarras ni stigmatiser un comportement ou une difficulté qui n'était pas ressentie auparavant.

Ce travail ne soulève pas d'interrogation éthique en remplissant les conditions d'informations nécessaires. »

ANNEXE 5 : FORMULAIRE DE CONSENTEMENT

« Vie de couple à l'arrivée du premier enfant. Étude qualitative à partir d'entretiens de couples de quatre à douze mois suivant la naissance du premier enfant. »

Je soussigné(e) _____

Né(e) le _____

Confirme avoir été informé(e) des éléments suivants :

- L'entretien fera l'objet d'un enregistrement audio,
- les objectifs de l'enregistrement et de son utilisation m'ont été expliqués par ...
- j'aurai la possibilité d'écouter cet enregistrement et de lire sa retranscription
- à ma demande, cet enregistrement pourra être effacé*

J'ai lu et compris la fiche d'information qui m'a été transmise.

J'ai bien compris que ma participation à cette étude est volontaire.

Mon consentement ne décharge pas les organisateurs de leurs responsabilités. Je conserve tous mes droits garantis par la loi.

Je consens à ce que cet entretien retranscrit et rendu anonyme soit utilisé pour la formation et la recherche susmentionnée au sein de la Faculté de Médecine d'Angers.

Après en avoir discuté et avoir obtenu la réponse à toutes mes questions, j'accepte librement et volontairement de participer à la recherche qui m'est proposée.

A _____, le _____

Signature de la personne :

Nom et signature de l'investigateur

*Déclaration de révocation :

M., Mme, Melle _____

Déclare révoquer le consentement susmentionné

A _____, le _____ Signature :

ANNEXE 6 : VERBATIM

Verbatim n° 4

durée : 1h45

légende : E : enquêteur (Stéphanie Morgand) ; F : femme ; H : homme ; B : bébé ; Dr MG : médecin généraliste ; Dr G : gynécologue ; Dr E : échographiste

E : Alors en fait pour rentrer, on va dire, progressivement dans le sujet, nous on s'intéresse à l'« après » naissance, mais est-ce que d'abord, vous pourriez me faire un résumé rapide, en tout cas me raconter brièvement comment vous avez vécu d'abord, la grossesse et l'accouchement... ? Donc chacun votre tour...

F : Eh bah la grossesse euh elle était attendue. Ça s'est fait assez rapidement, on a mis à peine quatre mois pour que je tombe enceinte. Euh une grossesse qui s'est super bien passée. J'ai été arrêtée assez tôt euh ... j'ai été arrêtée à cinq mois et demi au niveau de mon travail parce que mon travail, c'est un peu compliqué et un peu dangereux. Du coup, j'ai pu profiter à la maison, me reposer. Et puis franchement, une grossesse vraiment super, sans problème particulier. Je l'ai très bien vécue. Bon après, l'image du corps qui change un peu, c'est forcément pas le plus agréable mais euh mais j'en ai pas souffert non plus énormément.

E : D'accord.

F : Et puis... et puis l'accouchement, je fais rigoler tout le monde quand je dis que c'est un merveilleux souvenir (*Rires*) parce que même si y a eu un peu de douleurs avant la péridurale, ça s'est vraiment *super bien* passé. On a été bien préparé par une sage-femme euh... et puis on est tombé sur une équipe vraiment merveilleuse au CHU et euh... et j'ai un conjoint merveilleux aussi donc euh... euh que du bonheur ! Vraiment euh ouais ça, c'était vraiment super.

E : D'accord. Un bon souvenir...

F : Ouais.

E : D'accord. Et alors vous Monsieur ?

H : Moi j'en garde un super souvenir, du jour où tu m'as annoncé que tu étais enceinte euh, ouais jusqu'à l'accouchement ... ouais, très très bon souvenir euh... Après c'est sûr qu'il faut... Ça bouleverse un peu quand même... euh la vie, les habitudes euh... Bah parce qu'y a une vie qui est en création donc euh ... la femme elle change aussi, donc faut aussi en tant qu'homme répondre à ses attentes euh, ou essayer du moins. Et puis euh... oui enfin moi oui c'est à peu près le seul souvenir que j'ai. Pour moi c'était un peu « le monde des bisounours » hein !

E : Et en quoi, justement, euh vous parliez « faut répondre, s'adapter » ... en quoi justement c'était bouleversé... ?

H : Bah tout simplement pouvoir faire face à ... à des tâches de tous les jours, parce que bah ma femme des fois était fatiguée, tout simplement. Donc là c'est à l'homme de prendre le relai euh... et puis répondre à des attentes... Je dirais aussi... la rassurer, la ... sur l'accouchement. Etre là. Montrer qu'on est là en fait, tout simplement. C'est pas forcément partir dans des paroles et compagnie, c'est juste être là... pour qu'elle soit plus calme, qu'elle soit détendue, zen. Et...

E : L'accouchement c'était un stress enfin avant que ça se passe... ?

F : Ouais moi ça m'a stressé pendant neuf mois !

E : Ah oui d'accord !

F : (*Rires*) Pas non plus à m'en rendre malade mais... c'était une vraie inquiétude. Mmh...

E : Vous aviez peur de la douleur... ou...?

F : Euh oui, enfin oui c'était je pense la douleur et puis du coup je me disais : « Mais comment c'est possible ?! » Enfin quand on l'a pas vécu, on se demande comment c'est possible d'être physiquement capable de sortir un bébé de trois-quatre kilos quoi ?

H : Mais la machine est bien faite quand même ...

F : Ouais. Ah oui oui carrément.

H : Elle est même très très bien faite...

F : Mais du coup j'avais aussi peur de mon corps après en fait...de comment j'allais pouvoir euh... comment j'allais être euh... parce que ça change, ça change un corps quand même et... C'était ça aussi qui me faisait peur...

E : ... les modifications de votre corps.

F : Ouais ... ah ouais ouais. Les vergetures, la perte de poids qui se fait pas tout de suite, euh...

H : Mon regard vis-à-vis de toi...

F : Bah oui surtout.

H : Mmh. (*Acquiescement*)

F : ... parce que moi bon quand je me regarde dans le miroir, je pense ce que je pense, mais ... bah oui forcément. Du coup bah forcément c'est, ça... La relation que j'allais avoir avec H après, autant sur le plan affectif que sexuel euh enfin...

E : De rester désirable en fait ?

F : Ouais voilà. Mmh.

E : Parce que par exemple les modifications qu'y a eu pendant la grossesse n'ont pas eu du tout eu d'impact enfin ... ?

H : Y a eu un petit impact quand même euh.

F : Ouais, à partir d'un moment donné toi, ça t'a...

H : Ouais, c'était à huit mois, quelque chose comme ça, je sais plus ... vraiment vers la fin de la grossesse où les relations sexuelles euh... ça m'a, mais ça m'a un peu calmé c'est euh... Je sais pas pourquoi c'est le ... le fait qu'y ait euh ... ouais un bébé (*Rires*) devant moi...

F : Ah c'était un ventre énorme...

H : Ouais puis c'est tout... je pense que c'est un ensemble de petits facteurs tous bêtes, parce que le corps change aussi, donc euh y a plein de choses qui changent euh... Ouais ça, à un moment donné ça m'a bloqué.

E : Mais du coup vous aviez peur de quelque chose ou... ?

H : J'avais pas plus peur que ça...

E : Vous aviez pas peur de blesser l'enfant ces choses-là ?

H : Pas du tout. Alors non non non, non ça j'y crois pas. Mais c'est juste un côté... euh au niveau des sensations, quand on fait un câlin, par exemple, c'était complètement différent. Et puis même le fait de ... bah qu'elle ait son gros ventre avec elle euh...

F : Bah moi j'ai envie de dire, peut-être que tu me trouvais aussi moins désirable, et ça serait pas choquant...

H : Y a peut-être... Oui oui, y a sûrement de ça, y a sûrement de ça euh...

F : Ce que je peux comprendre hein...

H : ... et puis enfin ouais je sais... C'était, c'était un peu particulier et puis je pense...

E : Y avait perte de repères non ?

H : Ouais c'est ce que j'allais dire. Y a vraiment à un moment donné, c'est aussi euh l'inconnu pour moi, autant pour moi que pour elle. Et euh on sait plus trop où on va donc euh... ouais moi j'ai préféré : « Oh stop, on fait une pause. » Et puis voilà, c'est pas grave euh...

E : Est-ce que, parce que là vous... on a parlé un peu ... le côté désir par rapport à l'image du corps, mais vous parliez aussi d'un côté un peu « pratique » par rapport à... peut-être aux positions... ?

H : Exactement...

E : Ça veut dire qu'il faut changer un peu ses habitudes ou... ?

H : Oui et puis faut... bah faut quand même faire attention hein c'est ... donc euh ... ouais après je sais que ça m'a...

F : Après, ça nous, ça... on faisait plus l'amour euh... enfin je veux dire euh... dans sa *globalité* mais ça nous empêchait pas d'avoir plein de moments de...

H : Non, ouais.

F : ... de, de tendresse ou...

E : Mmh.

H : En fait on a ... je dirais qu'avec cette naissance, on a aussi découvert... peut-être une autre facette, comment tout simplement faire l'amour sans... c'est différent, différemment tout simplement. C'est euh...

E : Oui parce que là, quand on va parler un peu de de sexualité, ça se limite pas au coït hein enfin...

H : Non, pas du tout.

E : Justement nous on parle pas que de ça, donc ça peut être aussi beaucoup d'autres choses...

F : Mmh. (*Acquiescement*)

H : Bah on était plus nous justement dans tout ce qui était un peu plus massage euh... Un moment je dirais un peu, pas « zen », mais tout doux, tout calme euh...

E : Donc là vous parlez de pendant la grossesse hein ?

H : Oui.

E : Donc plus dans la tendresse et ces choses-là... ?

H : Oui, tout à fait.

E : D'accord. Et euh... et l'accouchement du coup euh... ? De votre point de vue ?

H : Que du bonheur. Moi j'ai pris euh (*Rires*) juste une *énorme* claque ! Je dirais comme beaucoup de papas, les ... les quelques secondes euh où B est venu au monde : « Hein ! le choc. » parce qu'on le ressent pas du tout comme une femme. On est complètement... pas « étranger », enfin mais ce côté physique, parce qu'on le porte pas en nous. Après les changements, on les voit sans les voir, on... les entend sans trop les entendre. On est là, un peu spectateur. Et puis euh ... Ah quand ah ouais quand le bébé est arrivé, quand B est arrivé, c'était « Ohhh ! ».

F : Mais même toutes les heures avant, elles ont été hyper importantes aussi hein.

H : Oui mais toi, t'as trouvé que j'étais là, pas de souci... Mais euh moi j'ai pas trouvé que j'avais fait quelque chose de... de transcendant quoi.

F : Bah chaque fois que j'avais une contraction, t'étais là derrière en train de me de me soulager le dos ...

H : Oui, je faisais tout ce que je pouvais mais c'est ... entre quelques points je dirais ... de pression pour t'aider...

F : C'est hyper, c'est hyper important !

E : En tout cas vous ce qui vous a marqué c'est vraiment la rencontre en fait...

F : Oui, je pense...

H : Ah ouais ouais ouais. Ah moi la rencontre ça a été... « Ohhh », je me suis retrouvé sur une autre planète !

Direct. En deux secondes ! Ah ouais... C'était très puissant. Et après, d'avoir participé un peu euh... aux

premiers soins, je dirais. Quand la sage-femme a pris l'enfant, et puis lui a fait quelques tests, tout ça, j'étais

juste à côté « Ohhh ! » Couper le cordon... C'est un peu symbolique tout ça mais euh... Ah ouais faut le vivre

pour euh ... Ah ouais c'est vraiment un des plus *beaux* souvenirs de, de ma vie, si ce n'est *le* plus beau. Mmh ...

E : D'accord. Et du coup, pendant l'accouchement, euh vous étiez euh... au côté euh... du coup de votre compagne ?

H : Oui.

E : ... plutôt enfin côté tête ?

H : Oui.

F : Je lui avais interdit de toute façon d'aller où que ce soit ailleurs ! (*Rires*)

E : D'accord ! (*Rires*)

F : Et puis il en avait pas du tout envie non plus je crois...

H : Ouais ouais. Mmh.

E : C'est ce que je voulais savoir oui, si vous aviez vu le moment où B était sorti ou pas... D'accord.

H : Non j'étais un peu en retrait.

E : D'accord. Et c'était pas... En tout cas vous non plus c'était pas votre souhait ?

H : Non pas du tout parce que ... on a aussi chacun notre intimité, et euh... c'est pas parce qu'on a un enfant qu'on peut ...

F : Ah là ça s'appelle plus de l'intimité quoi ! Je veux dire, déjà que...

H : Ouais. Ouais.

F : ... qu'il y ait un tas de personnes qui, qui voit ce que t'as pas forcément envie qu'on voit et ... Non enfin ...

Pour moi c'était juste pas envisageable hein.

E : D'accord.

H : Et puis même moi qui suis d'habitude curieux, là non, non non. Là je l'ai mis en veille et puis c'est surtout...

E : Oui bah après c'est pas... y a aucune obligation.

H : Et puis c'est aussi un certain, enfin c'est un respect.

F : Ah oui, oui...

H : Ma femme elle voulait pas que j'aïlle voir, bah j'ai ... non non. Et puis ça tombait bien, moi non plus.

F : Même moi j'aurais pas eu envie de voir hein.

H : Mmh.

F : Je crois bien qu'elles m'ont proposée non ...? Non elles m'ont pas proposée un miroir ? Non. Ou c'était quelqu'un qui m'avait dit qu'éventuellement on pouvait proposer des miroirs ! « Ahh ! » (Rires)

E : Parfois ils proposent aussi de... que la femme participe à sortir euh...

F : Par contre, j'ai sorti, je l'ai sorti B ouais.

H : Moi j'ai trouvé ça bien.

F : J'ai hésité... J'ai dit : « Euh... » Enfin... elles m'ont proposé de toucher la tête et j'ai dit : « Euh bah euh non enfin je sais pas ! » (Rires) Et puis en fait après, je pense que j'ai été tellement dedans que vraiment, je... j'aurais trop regretté de pas l'avoir fait je pense. Mais euh du coup je l'ai sortie, c'est moi qui l'ai sortie et je l'ai posée sur mon, mon torse quoi enfin c'était vraiment... Ça c'était... « Wouah » !

H : Mmh...

F : ... Après on se demande toujours : « Est-ce que... Comment on va réagir au moment où ça va arriver... ? » mais « Wouah » c'est vraiment...

H : Eh bah aujourd'hui moi je, je peux le dire : « Je sais ce que c'est que d'être papa ! » (Souriant)

F : Ah ouais, c'est ...

H : Chaque fois on se dit : « Oui tu verras quand tu seras papa... » On réalise pas ...

E : C'est à ce moment-là en fait que vraiment le ... le sentiment de paternité vous l'avez eu? Au moment de la rencontre ?

H : C'est pour ça que c'est un choc ! (Rires)

E : Oui...

H : Y a tout qui arrive en une fraction de seconde euh... Je pense que parfois on se fait un peu toute une montagne, et euh je pense que ça... ça en découle un peu tout ça. Et euh ah ouais c'était : « Pfou » ...

E : Et du coup par exemple le... euh alors parce que vous avez eu les échographies, vous étiez présent aux échographies ?

H : Oui toujours je l'ai fait.

E : Euh est-ce que là euh... je pense que c'était voilà des images concrètes qui permettaient de se ...

H : La première échographie euh... j'ai *juste* aucun mot. F me disait : « Alors comment t'as trouvé ça ? » Le seul mot que j'ai pu lui dire, c'était « bizarre ! ».

F : (*Rires*)

H : Je savais pas quoi dire, parce que d'un seul coup j'ai vu euh un... un petit être *complet*, et ça je m'y attendais pas non plus... euh je pensais pas voir un squelette complet, et puis euh... sur l'image, il rentrait dans l'image quoi.

E : Mmh. (*Acquiescement*)

H : ... et euh bouger tout ça, ça c'est la vie qui prend forme et là je me dis : « Wouah, ça y est ... »

F : ... mais euh votre question, c'était peut-être savoir s'il avait pris conscience de sa... future paternité même au moment, avant même l'accouchement ?

E : Oui, euh alors après... enfin ...

F : Mais *si* forcément...

H : Bah ... ouais après...

F : Parce que, regardes par exemple, nous on est en travaux dans la maison et euh t'as mis les bouchées doubles euh... pendant... parce que tu savais que y allait avoir un bébé qui allait arriver, je veux dire... tu avais quand même... ça ...

H : J'avais pas du tout une attitude « je m'en-foutiste », pas du tout mais euh...

F : Bah non.

H : ... puis d'un côté, vu qu'on l'a voulu, bah forcément j'étais aussi prêt moi psychologiquement euh à avoir un bébé mais euh...

F : Mmh. Mais on a beau se préparer je pense que ...

H : Ah ouais.

F : ... on peut pas enfin...

H : Même avec toutes les écho qu'elle a eu euh ... même avec ta sage-femme qui te faisait d'autres petites échos euh...

E : Et puis de sentir aussi les mouvements du bébé ... ?

H : Ça c'était super, ça c'était vraiment super...

F : Ouais...

H : La première fois que j'ai senti le bébé bouger : « Wouah ! » (*Rires*) Mais c'est pareil, c'est... on le sent mais

ça dure que quelques secondes. On... on n'a pas encore le temps de s'y faire. Donc, heureusement ça aide un petit peu. Je pense que si ça se trouve je serais peut-être tombé dans les pommes si ...(Rires) j'avais pas vécu tout ça avant ! Mais euh... oui y a une petit préparation on va dire...

E : Mmh (*Acquiescement*) Le vécu est différent quand même de la femme.

H : Complètement.

F : Mmh.

E : Vous avez pas eu le même sentiment, même si bon la rencontre, la vraie rencontre elle se fait à l'accouchement mais... je pense que le sentiment de maternité était déjà très très euh... ?

F : Pas forcément parce que moi je me... enfin moi j'ai toujours dit je pense que, enfin surtout pendant ma grossesse, y a des femmes qui sont, qui ont ça en elle, même avant d'être enceintes, elles sont faites pour être mamans et tout ... et moi je suis plutôt du genre un peu casse-cou, indépendante, à faire ce que je veux quand je veux, tout ça et du coup, j'avais très envie d'avoir un enfant, mais le fait que ça y est c'était parti, je me posais beaucoup de questions. « Est-ce que je vais pouvoir faire encore comme avant ? Est-ce que je vais pouvoir avoir ma liberté ? Est-ce que je vais être une maman... Est-ce que je vais avoir l'instinct maternel et tout ? » Et je me suis posé ces questions-là pendant toute ma grossesse hein... même si je la sentais bouger en moi et que ça se préparait tout doucement euh j'ai vraiment pris moi aussi une claque et une bouffée de... quand elle est arrivée, une bouffée de... d'amour quand elle est arrivée quoi.

E : D'accord.

F : Vraiment, mmh.

E : Ok. Et euh... donc après voilà je vais pas plus détailler là-dessus, on y reviendra peut-être sur la grossesse et l'accouchement, mais euh avant ... que B arrive, est-ce que vous aviez un peu imaginé déjà chacun les rôles que vous auriez... dans le couple ? ... dans votre quotidien ? ... un peu comment vous auriez réorganisé ? ... Enfin y avait déjà des préconçus un petit peu sur euh... ?

H : Pas trop non.

F : Non, non.

E : Et vous en aviez pas discuté entre vous ... ?

H : Euh non, la seule chose qu'on savait euh c'est que euh pendant un mois, tu...

F : Oui... oui oui.

H : ... dû à mon opération, tu serais livrée à... toi-même...

F : Bah on le savait pas tellement mais...

H : ... mais pas non plus à ce point-là. Je pensais que je m'en remettrais un peu plus vite quand même... donc ouais on a été un peu ...

F : Non mais si on mettait ça à part euh on, nous on a... enfin nous dans la maison on n'a pas besoin de se donner des tâches pour que ... : « Alors toi tu feras ça, toi tu feras ça. » Ça se fait en fonction de la fatigue, de l'état de chacun, ou de la motivation euh... Et puis l'enfant, enfin c'était un partage total en fait euh... On assume tous les deux à part égale euh... Bon moi j'ai allaité pendant un mois, donc forcément j'ai assumé un petit peu plus.

H : C'est ce que j'allais dire, le fait que t'aies allaité, y avait quelque chose qui se créait. Moi je me sentais quand même un petit peu plus à l'écart.

F : Mmh. Mais ça t'allait bien aussi ? Parce que le premier mois, je te sentais pas forcément très à l'aise. Des fois, je te voyais, enfin j'avais l'impression que ça te soulageait de me passer un peu le relai.

H : Complètement. Ouais ouais, moi ça m'allait très bien parce que j'ai jamais été très à l'aise avec les tout petits.

E : Mmh

H : Euh... toujours peur de leur faire mal... ou quelque chose comme ça... Chaque fois F arrêtait pas de me dire : « Détends-toi, Respires ! »

F : (*Rires*)

H : J'étais une vraie statue avec ma fille dans les bras, je bougeais plus ! (*Rires*) mais euh à part ça ouais...

F : Non, on s'organise bien...

H : On est plutôt complémentaire.

F : ... On avait confiance en fait.

E : Et euh vous aviez même avant de voilà d'être parent, une idée un petit peu de chacun... euh ce que le... ce que, par exemple vous vous attendiez du père de votre enfant et vous ce que vous attendiez un petit peu de, de la mère de votre enfant ... ? Enfin y avait un petit peu des idées comme ça ?

F : Bah moi j'attendais euh... oui, forcément on a des attentes hein, parce que... Bah qu'il soit présent, qu'il soit affectueux envers elle, enfin qu'il ait pas peur justement et que ... euh, qu'il assume en fait son rôle de papa euh... et qu'il ait une *vraie* place. Pas comme des fois on peut entendre où vraiment c'est la maman qui, qui gère 90% des choses et euh... et le papa qui va travailler et qui ramène les tunes à la maison quoi. Enfin nous enfin moi je pas ça comme ça et puis c'est pas comme ça que ça se passe.

H : (*Se raclant la gorge*) Pas du tout et puis euh... bah je pense que c'est important aussi que la mère laisse

une place au père. Et ... des fois c'est pas instinctif donc euh, plusieurs fois toi tu m'as un peu... Tu m'as dit :
« Bah ça serait bien que tu, que tu lui donnes le bain ou que voilà tu commences à faire des choses avec elle. »
Et c'est vrai qu'en fait, enfin moi en tant que père, j'ai beau aujourd'hui aimer ma fille plus que tout au monde, y a des choses, non c'est pas *hyper* instinctif. Il me faut encore un petit peu je pense un ... pas un mode d'emploi mais euh...

E : Etre guidé ouais...

H : Ouais c'est ça, être guidé ouais. Et puis là par contre, une fois que c'est fait y a pas de souci. Ça y est, c'est bon ça part... Mais ouais un peu...

F : Mais bon, comme quoi ça fonctionne très bien parce que moi j'ai repris le travail et c'est H qui s'en occupe tous les jours donc euh... enfin clairement on peut pas faire *mieux* pour elle... franchement et.. pour toi aussi hein c'est... Puis ça se passe super bien.

H : Ouais.

E : Et vous du coup, vous aviez aussi... je parle hein Monsieur, toujours sur la théorie, une idée de un peu de comment la mère doit être euh... ?

H : Pas plus que ça euh... Moi je sais qu'à un moment donné, à avoir discuté avec d'autres pères euh... y a ce fameux « baby-blues » et en fait euh c'est plus là-dessus où, c'est pas que je m'inquiétais, mais j'aurais été un peu plus vigilant avec la relation qu'elle avait euh avec B... Que ça n'arrive pas en fait tout simplement. Ou même si ça devait arriver euh... être capable de le distinguer et puis de... et puis de, de éventuellement d'en parler tout simplement, en discuter avec F. Après, tout le reste, enfin moi j'ai tout à fait confiance en F... J'ai pas d'attente particulière euh... C'était simple. Y a pas besoin forcément de le dire.

E : D'accord. Quelque chose de naturel...

H : Complètement.

E : D'accord.

(Réveil du bébé)

E : Bah justement du coup vu qu'on est déjà un peu rentré dans le sujet, est-ce que vous pouvez me raconter comment les premiers mois qui ont suivi l'arrivée de de de B se sont passés euh au niveau de... de votre couple ? Euh quel était votre vécu un petit peu de la relation ?

H : On a beaucoup discuté.

F : Ouais.

H : Enfin on a... c'est pas qu'on a beaucoup discuté, on a continué à discuter... à dialoguer.

F : Oui parce que...

H : Euh tout simplement pour être raccord avec la... avec pff enfin je sais pas comment trop l'exprimer...
tout simplement...qu'on fasse la même chose.

F : Bah si puisque y avait plein de questionnements. A un moment, on était tous les deux quand même un peu pas déboussolé aussi. Enfin quand même, ça déboussole un petit peu. Et le retour à la maison et tout...

H : Ouais...

E : Ça vous déboussolait euh... comment ?

F : Enfin non, c'est peut-être pas le bon mot mais ... Ça change un petit peu la façon de s'organiser ... On n'est plus à deux...

H : Puis de se dire qu'y a un bébé qui est dépendant de nous donc bah pff il faut se lever, le nombre de fois qu'il faudra dans la nuit, le nombre de fois dans la journée ... parce que bah c'est comme ça. Donc il faut l'accepter faut... y a des fois c'est un petit peu pénible, mais après je pense que tous les parents y passent... euh...

F : Après vraiment pour notre couple, je dirais que les deux premiers mois, enfin non peut-être le premier mois c'était... On avait peut-être du mal à se retrouver physiquement, ne serait-ce que par les câlins, juste un câlin euh dans les bras ou peut-être qu'on était figé sur autre chose et du coup, bah moi je dirais pas que les deux premiers mois ont été très faciles hein.

H : Non...

F : On a toujours communiqué tout ça mais on s'était quand même un petit peu perdu, enfin un peu éloigné quand même.

H : Ouais, le couple avait un peu disparu...

E : Vous étiez les parents...

H : Ouais. Exactement.

F : Ouais, au début c'était ça en premier d'abord.

H : Et à moment donné euh on s'est dit : « Euh le ciment de la famille, c'est pas les parents, c'est d'abord le couple et après y a les enfants. »

E : Ça vous vous en êtes rendu compte en même temps ou... plus l'un que l'autre... ?

H : Pour moi c'était en même temps ?

F : Je sais plus... Ouais. Je pense que c'était en même temps aussi...

H : Mais au fond on se l'était déjà dit avant d'avoir un enfant...

F : Oui...

H : Donc euh...

E : Vous étiez préparés à cette éventualité ? Et à être... vigilants ?

H : Oui... et de pas...

F : Toi tu m'as souvent dit euh : « Quand on aura une famille, faudra qu'on fasse attention. C'est d'abord nous. Faut que nous on soit bien pour que le reste aille bien. »

H : Ouais c'est pas les enfants les piliers. Pour moi, les enfants sont pas les piliers d'un... d'une famille. C'est le couple qui sont les piliers. Donc euh...

(Pause car pleurs du bébé)

E : Alors juste, pour reprendre où on en était, ce que vous me disiez, c'était que les deux premiers mois, bah vous étiez parents, vous viviez par le rôle de parents, mais que vous vous étiez rapidement ressaisis on va dire... Je voulais savoir justement si vous aviez le même vécu des deux premiers mois ? Ou si l'un était plus... on va dire, a plus ressenti cet éloignement... ou a plus souffert de cet éloignement ?

H : Moi je pense qu'à un moment donné, c'est plutôt moi qui ai ressenti un certain éloignement. Parce qu'à un moment donné, je pense que j'avais envie aussi de retrouver ma femme.

F : Oui mais du coup j'ai envie de dire, toi un éloignement physique, plus...

H : Oui, l'éloignement physique, parce que ... *(Sourire)*

F : *(Rires)*

H : Oui ...

E : Donc un peu plus tôt que à deux mois en fait ? Vous vous en êtes rendu compte... ?

H : Mmh *(réfléchit)* Après c'est assez difficile quand même parce que c'est pas quelque chose qui m'a marqué plus que ça. En fait, enfin moi je savais que... que au niveau je dirais physique, câlins, sexuel euh il faudrait que je fasse preuve de patience, tout simplement euh ... parce qu'on peut pas mettre... on peut pas donner la vie et puis repartir comme ça : « Ouhou ça y est ! » Non, faut du temps... donc euh... et puis pas mettre la pression aussi. Laisser le temps à la mère... donc après cet éloignement physique euh, oui je pense qu'au bout d'un moment, au bout de deux mois...

F : Mais c'était pas au bout de deux mois qu'on a refait l'amour.

H : Non, non non.

F : C'était... ça faisait un mois.

H : Un mois ?

F : Si, je m'en souviens

H : Ah ouais ? Je m'en souviens plus... Bah bien ! (*Rires*)

E : Et donc c'était à l'initiative de l'un plus que de l'autre ou... ?

F : Je m'en souviens plus !

E : Ça vous a pas marqué...

H : Non.

E : C'était peut-être mutuel aussi... ?

F : Oui. Je pense que c'était un besoin des deux. Enfin si ça m'a pas marqué euh, c'était vraiment naturel et euh... mais parce que aussi, toi t'es hyper compréhensif quoi. Tu m'as dit souvent : « Ça prendra le temps que ça prendra. Moi j'attendrai le temps qu'il faut, faut pas que tu te mettes la pression. » tout ça, donc forcément ça aide. Après la pression je me la mettais moi toute seule parce que, moi je suis toujours en train de me dire ... oui... j'ai envie de répondre à ses attentes, que je comprends et... et du coup j'avais peur que ce soit trop long, en plus j'ai eu une épisio assez grande enfin... donc moi ça me faisait peur, pour la première fois qu'on allait refaire l'amour, ça me faisait peur.

E : Y avait de l'appréhension...

F : Oh bah oui oui, parce que je me disais : « Est-ce que ça va me faire mal ? Est-ce que mon corps il est prêt ? Est-ce que ça aura pas changé ? Vraiment un tas de questions quoi.

H : Et puis finalement, ça s'est très bien passé. C'était tout gentil tout calme...

F : Mhh non non ça s'est vraiment bien passé.

E : Mais du coup, ce premier rapport-là, il s'est fait par envie, mais aussi par euh... on va dire plus pour le bien-être du couple que par un vrai désir euh personnel... enfin de libido, vous diriez.... ?

F : Ah oui moi je dirais pas que c'était ma libido qui prenait le dessus.

E : C'était plus euh... ?

F : ...pour notre bien-être ouais, voilà...

E : Monsieur, c'était peut-être différent du coup ? (*Sourire*)

H : Moi c'était complètement ma libido ! (*Rires*)

F : Tu voulais pas non plus notre bien-être, améliorer notre bien-être ? (*Rires*)

H : Mais ça va de pair ! Ça va ensemble, tout simplement c'est...

F : Mais on en parle souvent, y a un gros problème entre l'homme et la femme, c'est que l'homme a besoin de faire l'amour pour se sentir bien et une femme a besoin d'être bien pour faire l'amour. Et c'est complètement

contradictoire du coup ! (*Rires*) C'est, c'est pas facile parce que moi j'avais besoin d'être apaisée, rassurée, reposée euh d'avoir un moment de calme. Et toi du coup, pour être reposé, apaisé, rassuré, machin, t'avais besoin de faire l'amour...Du coup bah ça c'est ... (*Interrompu*)

H : Après ceci dit, c'est ce qu'on disait tout à l'heure hein, j'aurais attendu le temps qu'il faudrait, tout simplement...

F : Bien sûr, mais on a un fonctionnement différent. L'homme et la femme ont un fonctionnement différent. Du coup euh faut trouver l'entre-deux et puis euh...

E : Vous aviez un petit peu peur pour le couple si ça mettait un peu trop de temps... ?

F : Oui. Enfin... (*Interrompue*)

H : Moi j'aurais pu encore patienter, parce que... pour moi c'était normal en fait... d'être patient. Après, de là à avoir peur pour le couple, non. Enfin moi ça m'a jamais traversé l'esprit.

F : On a testé et approuvé notre couple plus d'une fois et... enfin non pas qu'on a failli se séparer plus d'une fois mais on a vécu des expériences qui ont fait qu'on a été mis à rude épreuve et ça a tenu à chaque fois, du coup là, on avait pas peur. C'était juste, bah moi je me disais : « Faut pas que ça dure trop longtemps » parce que c'est important, enfin c'est hyper important dans une.. dans un couple, la relation sexuelle, enfin c'est vraiment primordial.

H : Et puis je pense que juste le fait d'en parler, ça a suffi en fait.

E : Vous en aviez parlé déjà avant euh avant de réessayer ? Y avait déjà eu un peu de...

H : Oui oui, même, même avant l'accouchement, on avait discuté de ça et...

F : Moi des fois je le regardais et je disais « Mais si au bout de un mois j'ai toujours peur ? » Je me pose beaucoup de questions. (*Rires*)

H : Oui, tu te poses beaucoup de questions.

F : Ouais mais n'empêche que c'est bien parce qu'on en discute avant et... mais euh... Non ça s'est fait tout doucement. Après on n'a pas refait l'amour euh... enfin je veux dire ça s'est fait tout doucement quand même.

E : Et c'était douloureux le premier rapport ou pas ?

F : Euh un tout petit peu mais vraiment un tout petit peu.

E : Ça a pas été quelque chose de traumatisant, une expérience « cuisante » ou... ?

F : Non vraiment pas, non ça s'est très bien passé.

E : Plutôt encourageant.

F : Ah ouais ouais, vraiment mmh.

H : Enfin non moi j'ai pas eu mal non ! (*Souriant*)

F : (*Rires*)

E : (*Rires*) Je vous posais pas la question !

F : Ah par contre, quitte à en parler, enfin je sais pas si... mais du coup, toi tu avais pas les mêmes sensations au départ, tu... parce que, parce que moi j'étais pas encore remusclée, j'avais pas fait ma kiné périnéale et du coup bah ça t'as changé quand même.

H : C'est vrai, oui c'est vrai que les sensations sont complètement différentes. Ça n'a rien à voir. Donc c'est ... après c'est pareil hein, c'est toujours encore un peu de patience. Et puis euh...

E : Ça a été déstabilisant pour vous euh... ?

H : Non. Non non... parce qu'en fait, le processus euh était... le corps se remettait, donc le processus était en cours, donc je savais très bien que, même si ça aurait mis quelques mois, c'était pas grave.

E : Mmh. (*Acquiescement*)

H : Et puis euh.. Enfin je sais pas, j'ai pas eu de sensation de enfin... d'avoir la pression ou... non. Simple, limpide.

E : D'accord. Et vous me parliez par rapport au fait que voilà pour vous y avait pas forcément du désir, parce que de la fatigue, parce que vous aviez de l'appréhension... Est-ce qu'il y avait aussi euh peut-être l'image de votre corps qui avait aussi joué un rôle ou pas dans cette appréhension ?

F : Bah oui un petit peu ouais, un petit peu, mais après c'était vachement moins pire que ce à quoi je m'attendais. La première, enfin pas la première chose mais euh, après l'accouchement euh, j'étais dans la salle-de-bain puisque j'allais monter du coup en suites de couche, et j'ai vu un miroir je me suis dit : « Ah tiens je vais me regarder juste pour voir ce que c'est » (*Rires*) et j'avais vraiment une image, je me disais : « Ça va vraiment être pas beau. » (*Rires*) et en fait euh, bah non c'est... j'étais contente. Et du coup, pendant... non limite aujourd'hui je me sens peut-être un petit peu moins sûre de moi que le premier mois en fait euh... bah passer d'un ventre comme ça à un ventre bon il en reste, bah du coup, le premier mois c'est pas forcément...

E : Par rapport à ce que vous aviez imaginé c'était moins pire... ?

F : Ouais, limite je me regardais dans la glace, je me trouvais pas mal ! (*Rires*) Je veux dire, c'était pas... Mais euh...

E : Donc en fait, vous aviez pas de crainte euh sur le fait d'être désirée par votre compagnon ?

F : Non, là-dessus, c'était pas ma grande grande crainte. C'était vraiment le euh... ouais le fait d'être à l'aise à faire l'amour, de pas avoir mal, de lui apporter autant de plaisir qu'avant et... y avait peut-être une petite part,

mais de toute façon même avant l'accouchement, j'ai jamais été très à l'aise avec mon corps donc euh... mais non, enfin c'était pas une barrière non.

E : Mmh. D'accord. Donc vous me disiez aussi que bah y avait eu de la communication entre vous, bah ça pendant la grossesse et après, quand y avait un souci... tout de suite euh...

F : Ouais, toujours... ouais. J'allais dire on fonctionne différemment là-dessus quand même.

H : Ouais. Oui bah après oui... c'est sûr qu'on fonctionne différemment. Toi t'avais vraiment besoin de parler... tout de suite.

F : Tout de suite. *(Rires)*

H : ... alors que moi c'est plutôt le contraire, j'ai... Il me faut un petit peu de temps et après je peux en parler.

F : ... ou pas ! *(Rires)*

H : Ça dépend, ça dépend.

F : Des fois, t'as pas besoin de revenir sur les sujets, et moi j'ai besoin...

H : C'est vrai que y a des fois, je juge le sujet...

F : Obsolète ! *(Rires)*

H : Clos ! Voilà c'est ... clos. Et puis en fait non finalement faut revenir dessus donc bon...*(Rires)* tout doucement...

F : Bah des fois, bah des fois on s'engueule hein !

H : Oui bah comme... comme tout le monde hein mais...

F : ... mais euh on avance et, comme on communique, on est indulgent aussi l'un envers l'autre et puis euh... du coup, non c'est vrai que ça, c'est vraiment notre moteur, la communication.

H : Même quand on... quand vraiment on se prend la tête, à un moment donné on sait que ça va se calmer, et qu'on va pouvoir en discuter tranquillement, posément. Mais d'un côté c'est bien parce que toutes les ... je dirais, les énergies sont sorties, puis là c'est calme, là on discute. Non pour ça c'est bien...

E : D'accord. Pour revenir un petit peu sur euh, comme on parlait là juste avant des modifications du corps euh... Est-ce qu'y a d'autres choses un petit peu que vous avez remarqué qui ont pu avoir un impact dans votre relation ?... pas forcément un impact négatif hein, ça peut être un impact positif mais ... ?

F : D'autres choses ... physiques ?

E : ... physiques pour vous, que vous pourriez penser... ?

F : Non bah euh, on aimerait toutes tirer profit de notre poitrine un peu... hors norme à ce moment-là, mais on peut pas parce que ça fait trop mal ! *(Rires)*

E : Donc du coup à ce moment-là, en tout cas quand vous allaitiez, c'était plutôt quelque chose d'agréable pour vous et qui euh... enfin c'était quelque chose de positif pour votre image... ?

F : Ah oui voilà, pour mon image, mais après au niveau des câlins tout ça, ça l'est quand même un petit peu moins. En plus, enfin même si c'était pas trop douloureux c'est l'image... J'étais, en fait c'est vrai que pendant mon allaitement, y avait ça aussi, c'est qu'il y avait quelqu'un d'autre qui s'attribuait mon corps en fait, encore. Et du coup euh je pense que le mélange des deux ... Je crois bien que la première fois qu'on a refait l'amour c'était à la fin de mon allaitement...

H : Complètement.

F : Je le réalise en en parlant... Je pense que je pouvais pas être à la fois la maman qui allaite et la femme... qui fait l'amour. Je sais pas.

E : En tout cas, le sein avait une fonction de nutrition.

F : C'est ça.

E : Et pas de valeur érotique ou...

F : Ouais, ouais.

H : Ah non puis même moi, j'ai pas... y avait plus de côté érotique... (*Rires*)

F : (*Rires*)

H : C'est vrai que c'était vraiment le principe euh nourricier quoi.

E : Ouais, c'est pas quelque chose qui vous a particulièrement plu ou.... ?

H : Non. Moi j'ai trouvé que t'avais une très belle poitrine mais euh, bon... c'est vrai que moi, c'était une petite barrière en plus physiquement. Enfin là elle est plutôt psychologique, parce que ça empêche pas, mais non oui y a une limite qui se fait. Après physiquement...

F : Mais sinon, non... d'autres changements... ? Positifs en tout cas euh... ?

H : T'étais essoufflée, comme toutes les femmes enceintes !

F : Ah quand j'étais enceinte oui, oui mais après !

H : Ah oui après pardon !

F : (*Rires*)

E : Le sujet, c'est « après » ! (*Rires*)

F : Bah à part mon corps quand même qui a beaucoup changé quand même, parce que même si je rentre presque dans toutes mes fringues, ça donne pas encore la même chose parce que je me suis pas remusclée partout. Et puis j'ai des vergetures. Je me suis hydratée du premier jour où j'ai su que j'étais enceinte jusqu'au

dernier jour. Nickel. Et au huitième mois, fin du huitième mois, ça a craqué ! Et là, c'est horrible parce qu'on se dit : « Mais c'est pas possible, j'ai un soleil autour du nombril ! » (*Rires*) et du coup, ça m'a... ça m'a vraiment travaillé. Je me disais : « Mince, j'ai fait tout ce qui fallait pour » parce qu'à la limite prendre du poids, ça peut partir quand on fait des efforts pour. Les vergetures, ça partira jamais quoi. Ça va s'estomper mais... bah ça va... ça restera. Et ... et du coup, ouais je dis souvent à H : « Je pourrai plus me mettre en maillot deux pièces ! » Puis c'est vrai que quand...

H : (*Interrompant*) Oui mais d'un côté euh... je dirais que le regard des autres est aussi indulgent hein... face à ... enfin pourquoi le regard des autres devrait être critique sur une femme qui a mis au monde un enfant ?

F : Non, mais c'est même pas trop les autres, c'est...

H : Bah moi je t'ai déjà dit, je m'en moque hein... C'est plus toi.

F : Mmh (*Acquiescement*) Après ça m'empêche pas d'être à l'aise au moment où... J'ai toujours, avant de faire l'amour en fait, j'ai toujours l'appréhension de me retrouver nue, même aujourd'hui au bout de six ans, devant toi. Mais une fois que on est tous les deux dans notre bulle intime, j'oublie en fait et puis je suis complètement à l'aise.

H : Mmh. (*Acquiescement*)

F : Mais non autrement d'autres changements euh... ? (*Silence*)

E : Euh bah est-ce que vous, par exemple c'est, le fait qu'il y ait un relâchement un peu du périnée, ça vous a gêné aussi vous dans les sensations ?

F : Non moi au niveau des sensations, non j'ai pas...

E : ... au niveau du plaisir... ?

F : Quoique peut-être que ça avait peut-être un petit peu moins de sensations quand même... c'est possible.

E : D'accord. Vous avez fait la rééducation périnéale du coup ?

F : Mmh, Ouais.

E : D'accord, donc après vous avez retrouvé les sensations... ?

F : Oui mais c'est vrai que peut-être quand même, y a eu une différence ...

E : Après euh... je pensais par exemple... est-ce que y a eu des saignements un peu qui se sont prolongés ? Ou ça a pas été un problème pour vous ?

F : Non, bah ça a dû durer euh ouais trois bonnes semaines...

E : D'accord.

F : Ouais. Mais euh du coup non quand on a refait l'amour... Non plus que ça ?

H : Non non non non c'est ça. Parce que j'aurais pas... !

E : Ouais, c'était... ? Ça aurait été un problème sinon ?

H : Oui moi ça m'aurait bloqué !

F : Non mais après y a saignement et saignement hein.

H : Oui je suis d'accord mais... je suis pas fan ! Mmh.

E : D'accord. Donc ça ça a pas été... Puis vous avez directement repris une contraception ou pas ?

F : J'ai pris une pilule un tout petit peu... Oui j'ai pris la pilule ? Oui.

H : Oui. On avait le choix : préservatif, pilule et puis tu pensais déjà te faire poser un stérilet.

F : Oui. Bah c'était prévu en fait. Mais du coup, je pouvais pas le faire tout de suite tout de suite. Du coup je l'ai fait là y a... dès que possible. C'était fin janvier je crois je l'ai fait.

E : Donc en fait, vous êtes sortie de la maternité avec l'ordonnance pour la pilule ?

F : Oui, oui.

E : D'accord, ok. Euh après sinon je pensais par rapport aux modifications physiques euh, est-ce que vous aviez ressenti aussi une sécheresse ou des choses comme ça... ?

F : Peut-être plus qu'avant...

E : Après vous avait allaité un mois seulement donc euh... mais oui y avait un petit peu... ?

F : Mais je pense que chez moi c'est un problème un peu récurrent, mais du coup euh... du coup, moi je trouve et je t'ai posé la question l'autre jour, mais je trouve que c'est plus qu'avant. Ouais...

E : D'accord.

F : Mais du coup, je voulais en parler avec ma sage-femme et je l'ai pas fait. C'est vrai qu'il faut que je la revoie de toute façon. Elle voulait qu'on se revoie, parce qu'elle était partie en arrêt, elle voulait qu'on fasse une dernière séance mais...

E : C'est avec elle que vous faisiez la rééducation ?

F : Oui. Mais du coup je pense que j'en reparlerai avec elle. Mais après ça nous, ça nous bloque pas du tout parce que on utilise du lubrifiant et puis c'est... entre nous c'est clair, c'est pas gênant et puis...

H : Mmh. (*Acquiescement*)

E : D'accord.

F : Ouais...

E : Ok. Euh... Bah voilà, après y avait pas... Est-ce que ... vous m'aviez parlé un tout petit peu que vous étiez fatiguée. Est-ce que la fatigue, c'était quelque chose qui a vraiment pris une grosse place ou... ?

F : Non, pas du tout, non.

H : Non, chez toi elle a pas pris de place.

F : Non parce que franchement ... J'étais un peu, on était un peu fatigué mais...

H : Mais d'un côté euh...

F : B elle était tellement super aussi.

H : Oui puis même toi, enfin tu étais fatiguée, on l'était tous. Mais enfin y a cette énergie nouvelle qui vient, qui naît avec l'enfant, donc en fait à un moment donné on s'en moquait enfin même toi hein.

F : Oui j'ai pas eu de coup de mou, à me dire : « j'en peux plus ! » mais en même temps parce que on avait un bébé super cool aussi. Enfin après elle se réveillait toutes les deux heures la nuit pour téter les premiers jours, mais moi je me rendormais entre chaque, je me rendormais « cash » donc c'était hyper récupérateur en fait.

E : Donc finalement les multiples réveils nocturnes c'était pas...

F : J'arrivais à faire des nuits de six heures quand même.

E : D'accord.

F : Mmh (*Acquiescement*). J'ai cette faculté à me rendormir très vite et... et elle, elle... quand elle avait fini de boire je la reposais, elle dormait donc...

E : D'accord. Et c'était dès les premiers mois, un bébé agréable qui pleurait pas beaucoup... ?

F : Ah ouais ouais... franchement... On a vraiment vraiment beaucoup de chance ! Et...

H : Elle est très cool...

E : Elle a fait ses nuits, elle avait deux mois et demi.

H : Mmh (*Acquiescement*).

E : Et du coup moi, comme j'ai eu du rab de vacances, bah j'ai repris, on était calé. Et puis c'était vraiment... Non franchement... vraiment super.

E : Et alors justement, le fait d'avoir un bébé dans la maison, par rapport à, justement, l'intimité du couple, le fait de... est-ce que c'était un obstacle ou ... ou pas... ?

H : Moi je le vis pas comme un obstacle parce qu'en plus on a une chambre.

E : Oui ?

H : Donc là on dort tous les trois dans la même chambre. Même si c'est une grande chambre, on a quand même mis un paravent histoire d'avoir un côté un peu intime ! (*Rires*)

F : (*Rires*) ... même s'il sert à rien ! mais...

H : C'est purement psychologique ! (*Rires*) Mais...

E : Bah c'est visuel quoi comme barrage !

F : Ouais.

H : Voilà !

F : Ouais mais c'est pas là-haut qu'on fait le plus l'amour.

H : Non. c'est...

F : Enfin du coup euh...

E : Finalement, voilà, la chambre, c'est pas forcément le lieu où vous vous retrouvez?

F : Pas pour l'instant ouais.

H : Mmh. (*Acquiescement*)

E : ... ou c'est pas du tout peut-être même.. ?

F : Si si, mais c'est pas arrivé souvent du coup.

H : Pour moi c'est euh ... cinquante-cinquante.

F : Mais du coup quand c'est arrivé, moi une fois que c'est pareil, on était lancé j'y pensais plus quoi.

H : Mmh. (*Acquiescement*)

F : ... Ça m'a pas bloqué.

E : Et si vous l'entendiez gazouiller ou... ?

F : C'est pas arrivé. Je pense que si je l'avais entendu, j'aurais fait : « Ahh ! » (*Rires*)

H : Ça aurait fait tout drôle je pense ! (*Amusé*) Ouais...

F : Mais bon, je pense que ça nous aurait pas...

E : C'était pas un blocage pour vous en tout cas ?

H : Non, non non.

F : Non.

E : D'accord.

F : Mais on a quand même hâte d'avoir chacun notre chambre ! (*Rires*)

E : Oui, parce que vous êtes en travaux du coup c'est ça ?

F : Oui, c'est normalement pour cet été.

E : Et elle a déjà été dans le lit avec vous ou pas... ?

H : Oui, y a des nuits, c'était un peu difficile pour elle de dormir.

F : Oui, y a eu quelques nuits qui se comptent sur les doigts d'une main.

H : Oui exactement. Rien de... transcendant.

E : D'accord.

F : Non et puis le matin de temps en temps... quand elle se réveille un peu trop tôt, et que nous on a envie de rester un peu au lit...

H : Et puis même, enfin moi y a une chose que j'ai vraiment beaucoup appréciée, c'est quand l'un de nous descend avant l'autre, euh... Ça arrive de temps en temps, on veut pas prendre l'habitude, mais... de mettre l'enfant avec le conjoint dans le lit.

E : A la place où c'est réchauffé. (*Souriant*)

F : (*Rires*)

H : Exactement. Et puis bah comme ça l'autre, bah il prépare un peu tout en bas et puis euh, quand t'étais vraiment fatiguée, y a eu quelques fois où t'étais vraiment crevée, ouais c'est ce que je faisais. Comme ça au moins elle avait bu son bib'. Elle était cool, zen. Je la mettais avec sa maman et puis...

F : Après y a beaucoup de gens qui disent que c'est... « Attention, faut pas mettre l'enfant dans le lit, parce que voilà...c'est la fin du couple ou... ! » Moi j'ai pas du tout ce sentiment-là, enfin vraiment euh...

H : Parce qu'on le fait pas souvent !

F : Bah on le fait pas souvent en plus, mais même, c'est pas...

H : Elle a cinq mois. Si on l'a fait une fois par mois c'est le grand maximum.

F : Oui, mais même le fait de le faire le matin, enfin du coup moi ça me choque en rien. C'est... le soir on se couche tous les deux quoi. C'est vraiment notre moment. Moi vraiment... J'ai travaillé de nuit pendant quelques mois et j'en ai souffert parce que le moment que je préfère, c'est quand on se couche tous les deux.

(*Pleurs du bébé. Pause.*)

E : Je voulais savoir aussi, parce que... quand on parlait de la a communication, on disait que bah voilà quand ça n'allait pas vous en parliez entre vous... après, est-ce que y a eu des moments où vous avez eu besoin, si c'était difficile, de parler avec d'autres personnes ?

F : Euh moi j'ai dû en parler une fois avec S.

H : Ma sœur.

F : Mais euh...

E : Vous aviez parlé de quoi justement ? De quelles difficultés ?

F : Euh... je sais plus exactement.

H : Moi je sais que pour ma part, j'en ai pas parlé autour de moi parce que on n'a pas vécu de difficulté en soi...

F : Non mais c'est parce que elle m'évoquait son histoire aussi. Mais si ça se trouve, j'ai évoqué les choses dans leur globalité... Mais non sinon, moi j'ai pas ressenti le besoin d'aller me confier à qui que ce soit.

E : Même à un professionnel de santé ?

F : Ma sage-femme, c'est elle qui a abordé le sujet avec moi, savoir si on avait repris les rapports. Elle m'a juste dit que c'était une très très bonne rééducation que de refaire l'amour.

E : Vous avez apprécié qu'elle aborde le sujet avec vous ?

F : Oui parce que je pense que c'est ... c'est une des choses importantes après l'accouchement donc... non, ça m'a pas du tout...

E : Après si elle en avait pas parlé, ça vous aurait peut-être embêtée ou... vous auriez abordé le sujet ?

H : Je pense que tu lui aurais posé des questions...

F : Ouais... Oui peut-être. Si, j'avais dû lui poser la question que tu ressentais un petit eu moins de chose, parce que tu m'en avais parlé...

H : Ouais.

F : Et du coup, elle m'avait dit que c'était normal.

E : D'accord.

F : Mais ... non parce que c'était pas un problème majeur non plus, donc le besoin d'en parler... Nous deux, c'était satisfaisant.

E : D'accord. Et donc vous disiez que vous aviez repris les choses progressivement après le premier essai. Est-ce que vous diriez que maintenant, vous avez retrouvé un petit peu ce que vous aviez avant ?

H : On en est pas loin, on en est vraiment pas loin...

F : Oui, bah si si, carrément. Après faut provoquer un peu plus les choses je dirais, parce que un bébé ça prend quand même de la place et ça prend du temps. Et du coup, souvent on se dit : « Bon allez demain soir, on se prend un temps pour nous. On se fait une soirée feu de cheminée, massage. » et euh voilà. Parce que aussi des fois, on regarde un film et ça fait du bien aussi de ne penser strictement à rien d'autre que de regarder un film...

H : Je dirais qu'on « ritualise » de plus en plus ces moments-là.

F : Un peu ouais... Oui peut-être que ça devient moins naturel.

H : ... Feu de cheminée, on s'était fait une bonne bouffe, et terminer la soirée comme ça ouais.

F : Mais du coup, c'est vrai... c'est le fait d'en parler... mais du coup, je pense que là ça me manque pas pour l'instant, mais peut-être que ça me manquera ce côté un peu juste spontané et nature qui y avait avant.

H : Ouais je pense que ça reviendra ouais.

F : Ouais ... Parce qu'avant, je veux dire, on se posait pas la question du moment où on avait envie de faire l'amour ou...

H : C'est vrai qu'on prenait pas nos agendas... (Rires)

F : Non mais on les prend pas non plus n'exagère pas ! (Rires)

H : Pas du tout. (Rires) Mais c'est vrai que c'est un peu plus programmé aujourd'hui.

F : Un peu ouais.

H : ... du fait qu'il y ait un bébé... et puis que, mine de rien oui y a un peu... pas une routine, mais quelque chose qui se met en place et qui prend beaucoup de temps.

F : Mais du coup depuis qu'elle... Là ça c'est cool, enfin je commence vraiment à apprécier, parce qu'avant elle buvait son dernier biberon vers vingt-deux heures un truc comme ça, et maintenant elle boit son dernier bib' à huit heures et après on la couche et du coup ça fait une vraie soirée quand même où on se dit : « Ah ! C'est bon ! ». Puis en plus, elle se réveille jamais enfin quand elle est partie pour dormir le soir, elle dort.

E : Mais du coup alors ce que vous disiez... le besoin, enfin peut-être un ressenti du besoin de ritualiser un peu les choses... donc ça va au-delà de dédier un temps, c'est aussi un petit cérémonial, entre guillemet ? Enfin je...

H : Si si c'est ça.

F : Un apéro, une bonne bouffe qu'on prépare tous les deux, devant un bon feu de cheminée, de la musique, et ... Moi j'ai le sentiment qu'on se retrouve vraiment, parce que justement on va préparer ça ensemble. Et enfin moi je trouve ça vraiment super... ouais ce petit temps pour nous...

F : C'est hyper agréable et c'est indispensable.

H : Oui oui je confirme. Pour moi c'est très important aussi.

F : Des fois c'est H qui va me dire : « Bah là faut qu'on se retrouve quoi parce que ça fait quelque jours et ... »

H : Ça par contre c'est quelque chose que j'hésite pas à lui dire. Alors je sais pas si c'est ce côté masculin... qui demande. Mais moi je sais que, c'est vraiment un moment que j'aime beaucoup donc j'hésite pas non plus à le réitérer. Alors des fois ça se fait, des fois ça se fait pas, parce que c'est pas possible, le temps le permet pas ou... donc... mais au moins, enfin ouais... c'est dit, tout simplement.

E : Puis vous avez cette vigilance euh... C'est comme un peu une vigilance sur le bien-être du couple... ?

F : Oui, on sait que c'est ...

H : Tout à fait. Je vais pas forcer F à passer un moment comme ça. Aucun intérêt.

E : Non.

F : Non ! (*Rires*) Ça c'est sûr !

H : Bah ouais mais c'est ça ... c'est

F : Non mais quand tu me dis ça, toi ça veut dire bah là...

E : ... un peu : « Attention ! »

F : Ouais voilà ça fait un peu trop longtemps euh, ça nous fera que du bien. Et c'est vrai que des fois, moi je suis un peu tête baissée dans... Moi j'ai repris le travail, les copains. Et c'est important de se le rappeler.

E : Cette bonne entente que vous avez... de couple, ce rythme-là, vous l'avez retrouvé depuis quand ?

F : Euh... ah bah ouais... on n'a pas parlé de la période un peu difficile, mais vraiment depuis je dirais euh ... un mois, un mois et demi seulement parce que, y a eu son opération. Et du coup, on s'était dit : « Ouais ça va être trop bien ! » parce que on va être ensemble pour la naissance, pour les premières semaines, pour les premiers mois. « Ça va être trop bien et tout machin ». Sauf que moi je... j'ai *regretté*, mais c'était très bien que ce soit fait aussi mais, pendant tout un mois, j'ai du *tout* gérer, vraiment tout tout tout, de A à Z, même lui couper sa viande et lui beurrer sa tartine.

E : Ah oui !

F : Donc en fait vraiment je l'ai très mal vécu... là par contre...

H : Moi aussi ! Je l'ai très mal vécu. (*Rires*)

F : Là j'ai été très fatiguée, mais plus *psychologiquement* en fait que... Parce que B, dès qu'il fallait euh... enfin qu'il pouvait pas aller la chercher dans son lit ...

H : (Parlant en même temps) Je pouvais pas la prendre.

F : Il pouvait pas la changer, il pouvait pas la prendre dans ses bras, ou vite fait mais très vite fait. Euh tu avais très très très mal et du coup euh...

H : Ça a duré très longtemps, c'est ça le problème...

F : C'était vraiment horrible. Mais du coup ça, c'était pas prévu dans notre parcours. Voilà ça s'est fait mais bon...

E : C'était une mauvaise surprise euh... ? Vous étiez pas préparés à ça ?

H : Oui.

F : Bah pourtant on aurait dû parce que c'était quand même une opération qui était prévue depuis au moins deux mois, donc on le savait pourtant, mais on s'était pas imaginé... On voyait juste le côté positif d'être ensemble, mais pas que moi, c'est vrai, je me retrouve à vraiment tout assumer.

H : On y a pas pensé *une* seconde.

F : C'était à moi d'aller fendre les bûches, et pourtant je le fais habituellement ! Enfin je veux dire, je le fais de temps en temps. Comme je le dis, je suis casse-cou, je pense que j'ai dû être un mec dans une autre vie, mais... euh du coup, de le faire tout le temps... de, de... « Ahhh ! » Ah la la je me suis dit « Ouah ! ». Et du coup, là on s'est perdu, quand même, pendant un mois... même au niveau un peu de la communication et tout, parce que toi tu étais pas en forme non plus... euh psychologiquement, de te voir diminué comme ça euh...

H : Oh moi j'ai pris dur !

F : Bah oui...

F : Mais ça va euh... vraiment, vraiment mieux, on se retrouve depuis un mois, un mois et demi hein... pas beaucoup plus....

H : Ouais ouais ... pas beaucoup plus ouais.

E : Et donc du coup cette période difficile euh... sans parler du fait que vous communiquiez moins, y avait des conflits ... ? Vous vous êtes disputés ou... ?

H : Forcément c'est toujours un peu plus tendu, ça c'est clair. Après... Pff (*Réfléchit*)

F : Oui. Mais pas sur des... enfin des fois, c'était des broutilles, parce que des fois, on se chicane un petit peu tous les deux et... Là on paraît être un couple raccord parfaitement ... (*Rires*)

H : (*Rires*)

F : ... mais y a plein de fois où on fait un peu nos têtes de mules et voilà du coup ...

H : On a tous les deux un bon caractère !

F : ...Mais c'est jamais, je veux dire... Y a des couples, c'est : « Ouais, tu veux me quitter ? » ou « Je vais faire ma valise ! » Nous, c'est vraiment, jamais.... Ça nous passe même pas, enfin moi, ça me passe *jamais*, et je suis sûre que toi non plus, jamais par ... dans l'idée que ça pourrait se terminer en fait. C'est juste une... une dispute de passage et après euh, voilà ça continue quoi.

E : D'accord.

H : De toute façon, on n'a pas le choix ! (*Sourire*) On est parti ensemble, ça y est on y va quoi.

F : Non puis on se donne pas le choix !

H : Oui c'est ça.

F : On s'est toujours dit que c'était un travail de tous les jours, un couple. Et que même, même si on s'aime très fort, même si on est marié, même si on a un enfant, même si ... une maison, rien n'est acquis en fait. Et du coup, tous les jours ça se travaille. Donc à partir de là, je pense qu'on y arrivera.

H : Bah j'espère. C'est sûr.

E : D'accord.

E : Mais justement là, dans cette période difficile là, y avait pas besoin d'en parler avec d'autres personnes non plus... ? Vous avez géré ça tous seuls euh ... ?

H : Je pense qu'automatiquement on en a parlé avec notre famille, parce qu'on... en se voyant tout simplement. Donc on disait : « Oui non c'est pas évident... »

F : ... « C'est un peu difficile... »

H : ... « C'est un peu difficile... » Mais j'ai pas le souvenir qu'on soit rentré dans les détails non plus. Et puis en fait, très vite, bah dès que j'ai pu euh, un peu à mon tour d'ailleurs, bah y a des fois, non j'allais fendre du bois, j'allumais le feu euh...

E : Mmh. (*Acquiescement*)

H : Donc euh, Non j'essayais tout simplement... Non moi je supportais pas non plus cette situation...

F : Mmh. (*Acquiescement*)

E : ...qui a duré combien de temps en fait...deux mois ?

H : Oh pas loin...

E : ... plus que ça ?

H : Un mois, un mois ...Six semaines complètes, ça c'est sûr et certain.

F : Même plus. Ah ouais on s'est souvent pris la tête par rapport au fait que... ils avaient dit à H, enfin le chirurgien avait dit, si... normalement c'était 4 semaines au départ, puis six semaines puisque y avait plus de dégâts que prévu. Et pour moi, moi je m'étais...C'était mon moteur... pendant tout ce mois et demi, je me suis dit : « Allez dans deux semaines il va reconduire... », sauf que...

H : Et moi aussi j'étais sur la même optique...

F : ... sauf que plus les jours avançaient, et moi je me disais : « mais je vais reprendre le travail » parce que j'ai su au dernier moment que je reprenais plus tard, donc je me disais mais c'était pas possible, il avait toujours aussi mal, la kiné ça avançait très doucement, t'étais incapable de conduire et du coup euh...

E : Puis du coup les courses c'est vous qui les faisiez ?

F : Oui...

E : Ouais...

H : J'étais vraiment *dépendant*.

F : Ah ouais, complètement.

H : Et là : « Wooh ! » (*Soupir*)

F : Même si t'essayais vraiment d'être avec moi psychologiquement...

H : Ah c'est dur hein ...

E : C'était peut-être pas suffisant... ! (*Rires*)

F : ... A ce moment-là, j'avais besoin de plus quoi.

E : Oui.

H : Mmh. (*Acquiesçant*)

E : Et à ce moment-là, vous avez pas pensé à demander de l'aide extérieure... ? Sans parler de l'entourage, mais ça peut être une aide-ménagère ou... ?

F : Bah si, on a demandé mais on en avait pas le droit.

E : D'accord.

F : T'avais appelé la CPAM pour ça ?

H : Mmh. (*Acquiesçant*)

F : Et on t'avait dit ? Qu'est-ce qu'ils t'avaient dit ? Parce que si on y a pensé, si si. Mais ils t'avaient dit que ... t'avais pas le droit, non ? Tu te souviens plus.

H : Pff (*réfléchit*) Je crois que c'était une histoire de mutuelle...

F : Ah ouais ?

H : C'était pas couvert.

F : Mais après, peut-être qu'on aurait dû insister plus hein pour euh... Mais si, ça aurait été l'idéal ça c'est sûr.

E : Après y a toujours les possibilités d'avoir euh... des aides, mais du coup, à votre charge. Mais du coup euh... ou même d'auxiliaires de vie... c'est vrai que des fois, dans ces périodes-là, compliquées ...d'avoir quelqu'un qui peut venir une matinée aider ou quelques heures réparties dans la semaine...

F : Mais oui c'est sûr que...Et en même temps euh...ouais, peut-être que j'avais pas envie de déléguer non plus ? Je sais pas...

E : Mais en tout cas vous avez quand même fait une démarche pour euh...

F : Oui.

H : Mmh. (*Acquiesçant*)

E : Vous vous êtes quand même renseignés...

F : Ouais ouais.

H : Ouais.

F : Mais oui du coup ça a quand même duré pas six semaines. Pour moi c'est que depuis un mois que vraiment ça va mieux quoi. En fait ça fait seulement que trois-quatre semaines que tu n'es plus immobilisé. Et moi j'en pouvais plus enfin c'est vrai je te l'ai déjà dit.

H : T'arrivais plus à comprendre...

F : Non, non. Pas du tout.

H : Bah plusieurs fois on en a discuté.

F : Non mais j'avais pas du mal à comprendre parce que je le voyais bien que tu avais mal. Non ce que je pouvais plus voir en peinture, c'était mon homme immobilisé ! Vraiment c'est devenu, je ne supportais plus de le voir comme ça... ! Et ça, mais ça me ... moi je pouvais plus psychologiquement, ça me ...

H : Mais c'était compliqué pour moi aussi ! (*Amusé*)

F : Mais je sais ! Non mais...

H : C'est toi qui m'a donné des douches.

F : Bah oui mais au début, la première semaine...

H : Les premières douches, j'étais incapable de me doucher. J'y arrivais pas du tout.

E : Ah c'était... c'était pas l'image...

F : Non ! (*Rires*)

E : ... euh que vous aviez envie de voir à ce moment-là quoi! (*Rires*) C'est juste ça...

F : C'est ça ! Juste après l'accouchement...!

H : C'était notre étape à nous de couple ! (*Rires*) tout simplement.

F : Mais du coup je persiste encore enfin je veux dire je ... je sais encore plus aujourd'hui qu'on va finir notre vie ensemble, parce que ... (*Rires*) après avoir vécu tout ça ! Non mais ... faut jamais dire pour toujours mais... disons que si c'était à refaire, on... peut-être que...

H : ...On aurait décalé l'opération, ... tout simplement. Trois-quatre mois après.

F : Ouais mais en même temps... Oui mais moi j'ai repris le boulot, donc il aurait fallu trouver une nounou plus tôt, enfin bon, ça aurait été compliqué.

H : Oui.

E : Et vous auriez pas été présent autant par contre...

F : Ouais...

H : Mmh. (*Acquiesçant*)

F : ... et sauf que ça c'est hyper important.

H : Ah ouais, là j'aurais pris cher. De partir et puis d'avoir vraiment très peu de temps. Parce que souvent je pars loin. Euh pff... Très souvent même, je... je je pars la semaine. Donc ouais, voir ma fille que deux jours, ou trois maximum, là « Whouah ! ».

E : Mmh. Alors je pensais à quelque chose que vous m'aviez dit tout à l'heure et puis c'est reparti.... Euh c'était par rapport à une remarque que vous aviez faite....

H : Ah le fait que F a été arrêtée tôt ?

E : Non. C'était pas ça mais si vous avez quelque chose à dire par rapport à ça, allez-y !

H : Moi j'ai trouvé ça bien. J'ai trouvé ça super. Et euh... ça devrait être obligatoire !

F : Non.

H : Oh si ! Après c'est sûr que les femmes enceintes, oui elles s'écoutent, et puis elles font en fonction de leur capacité mais...

F : Non ça devrait être *proposé*.

H : Oui au moins proposé... mais, en fait ça permet d'être *tellement zen*, de vraiment ... d'avoir le temps, d'anticiper les questions, d'avoir le temps d'anticiper les... le changement tout simplement.

F : Non mais puis ça dépend des métiers aussi.

H : Moi j'ai vraiment trouvé ça super.

F : Voilà c'est... Mais ... moi j'ai des collègues qui comprennent pas trop hein, malgré tout. J'ai des collègues qui vont jusqu'à leur congé mater', moi vraiment je me suis senti par moment en ... du fait de mon travail, j'ai senti mon bébé en danger quoi.

E : Et puis c'est quand même un environnement de stress...

F : Ouais, ah ouais.

E : Vous aviez des contractions ou pas ... ?

F : Non, j'avais pas de contraction.

E : Peut-être pas à ce moment-là du coup ?

H : T'as été arrêté à cause du col.

F : Ouais.

E : Le col était un peu raccourci ?

F : Un tout petit peu ouais quand même. Et j'avais le bas du dos, j'avais une lombalgie. J'avais vraiment le bas du dos en compote quoi.

E : D'accord. Et du coup qui est-ce qui vous a arrêté, c'est la sage-femme ou c'est le médecin traitant ?

F : C'est ma gynéco.

E : D'accord, donc la grossesse était suivie par la gynéco de A à Z ?

F : Oui par ma gynéco.

E : D'accord.

F : Au début, le Dr MG m'avait proposé de me suivre. J'avais dit oui mais quand j'ai... enfin j'ai pris conscience qu'il allait peut-être devoir m'ausculter tout ça... J'ai jamais été auscultée par un homme !

E : D'accord.

F : J'ai toujours eu des gynéco femmes... Du coup je me suis dit : « Hoo, non! » Je....

E : Bah oui du coup, là forcément euh...

F : Je suis très contente, ça reste mon médecin traitant pour, pour tout...

E : ... tout le reste mais pas le gynéco.

F : Mais voilà. Et puis c'est trop bien parce qu'avec la gynéco, on a une écho tous les mois !

E : D'accord. Systématiquement ?

F : Oui.

E : Parce qu'elle a l'appareil d'écho sous la main ?

F : Voilà. Ça fait partie de son protocole à elle. Et du coup bah moi j'étais super contente hein, parce que ... je m'imagine pas du coup faire que trois échographies. Ça me paraît euh...

H : Court.

F : Bah ouais super... dur du coup. Si ma deuxième grossesse, je sais pas on changeait de gynéco ou quoi et que je me faisais suivre par quelqu'un d'autre, je trouverais ça dur.

E : Entre temps, vous avez les bruits du cœur que vous pouvez entendre, qui sont faits tous les mois. C'est pas pareil, y a pas l'image, mais vous entendez le cœur de votre bébé qui bat...

F : Oui. Avec la toute petite machine-là ?

E : Ouais, ouais ouais. Un petit doppler.

F : Oui. Mais euh... Non c'était bien.

E : Et du coup justement, à chaque rendez-vous de gynéco, vous étiez ... vous étiez présent ? (à H)

H : Oui.

F : Non.

H : Ah gynéco, non.

E : Aux échographies trimestrielles ?

H : Oui, voilà exactement. Non non pour le reste, je pouvais pas me libérer comme ça.

E : Oui d'accord.

H : Au moins enfin la loi...Y a une certaine avancée au niveau de la loi, c'est que les hommes peuvent assister au moins aux trois échographies, c'est légal. Ils ont pas de RTT ou de congés payés à poser ce jour- là.

E : Ah d'accord ça je savais pas.

H : Depuis août 2014.

F : Ça fait partie des droits du travail en fait.

E : Ah oui c'est récent en fait !

H : Oui c'est tout récent.

H : C'est une amie qui m'a dit ça et ...

E : Donc ça c'est bien effectivement ouais...

F : C'est important.

H : Et donc bah j'avais juste à dire à mon chef : « Je suis pas là, y a l'échographie » donc euh...

E : C'est la loi, y a rien à dire. (*Souriant*)

H : Oui puis même, ils ont fait remonter l'information. La DRH était pas au courant.

E : Bah nous on n'est pas au courant !

H : Et d'un seul coup ça y est tout a été mis en route. Et puis j'ai plusieurs collègues dont la femme était enceinte aussi, et bah ils en ont profité, tout simplement.

E : Mmh. (*Acquiescement*) D'accord. Et vous (*à H*), est-ce que vous aviez le sentiment d'avoir autant votre place dans le suivi de la grossesse que votre compagne ? Auprès des professionnels de santé ?

H : Oui, on a une sage-femme. Ah ouais, elle m'a pas laissé le choix ! (*Rires*) Elle m'a dit : « Non non non, tu viens, t'as ta place. Et elle est là. » Et puis en fait, c'était tout ce qui était surtout massages, pour aider lors des contractions... les massages du dos.

E : Donc ça c'était les cours de préparation à l'accouchement ?

F : Oui.

H : Ouais les cours de préparation oui oui. Et après, non je dirais que je l'ai trouvé tout seul. Tous les deux on a trouvé.

E : En tout cas vous avez pas eu le sentiment euh... d'être un peu...

H : Exclu ? Non.

E : ... à côté ? Parfois on peut penser que l'attention va être vraiment centrée sur la mère et l'enfant. Du coup la mère c'est la patiente quand même.

H : D'un côté c'est un peu normal. Mais non, moi j'ai pas eu le sentiment d'être exclu.

F : Non mais même ma gynéco tous les mois, enfin tu vois elle se renseignait un peu de toi, ce que tu faisais, tout ça donc.

H : Oui c'est vrai j'avais oublié ça ouais.

E : Et même du coup pendant les échographies ... ?

F : Le Dr E il est pas très expressif hein. Il fait son échographie, il dit : « Ça va bien. »

H : Enfin d'un côté faut qu'il soit concentré, très professionnel donc en fait c'est... On était un peu dans notre bulle aussi nous...

E : D'accord.

H : Au moment des échographies, on était ...

E : Mais pas plus... c'était le même traitement pour vous deux ?

F : Ah oui moi j'ai trouvé.

H : Ah oui, ouais ouais.

E : D'accord. Et euh le Dr MG vous l'avez vu un petit peu... même si c'était pas pour... ? Enfin pour d'autres raisons ?

F : Euh... ah si j'ai dû le voir euh... pendant ma grossesse ?

E : Oui, la grossesse ou après ?

F : Je l'ai vu pendant ma grossesse pour des brûlures...

E : Des reflux ?

F : Des reflux ouais. C'est tout. Et euh après... pour moi ?

E : Oui, pour vous.

F : Non, j'ai pas eu besoin du tout de le voir.

E : Et B peut-être ?

F : Il la connaît bien ! (*Rires*) Il la connaît bien. On a été le voir ... bah encore hier soir. Mais ... ouais du coup c'est lui qui la suit. On n'a pas pris de pédiatre. Après y a quelques sujets ou façons de faire qui, qui... sur lesquels on n'est pas sur la même longueur d'onde. L'homéopathie par exemple. Lui, il y croit absolument pas. Pour lui c'est comme... bouffer du sucre. Nous, on n'est pas d'accord. Euh...

H : On n'est pas contre les deux... Enfin nous on préfère utiliser d'abord des plantes et si ça marche pas, là on passe au traitement médicamenteux. Mais... Je pense que c'est pareil, c'est une question de choix, d'opinions...

E : Oui après ça vous êtes pas obligés d'être en connivence avec votre médecin...

F : Bah non.

H : Pas du tout. Puis ... c'est pas pour ça qu'on changera de médecin. C'est euh...

E : Voilà.

F : Non, mais je vais voir un médecin homéopathe dans quinze jours par contre. Je pense que c'est quelqu'un que j'irai voir une fois par an pour discuter de plusieurs choses de temps en temps... Mais non, il la connaît bien, il la suit bien.

E : Et du coup quand... parce qu'à un moment vous n'aurez plus le suivi avec la sage-femme... Si voilà y a un souci, est-ce que vous souhaiteriez qu'il soit un interlocuteur euh... pour vous ou pas ?

F : Un souci par rapport à ... ?

E : Bah entre vous, enfin je veux dire, je sais pas... dans votre couple, du fait... avec B ou... ?

H : Bah faudrait vraiment qu'il y ait un très très gros souci je pense, parce que ... jusque-là on a toujours réussi à s'en sortir...

F : Ouais... Après je sais pas, si on était vraiment confronté à une grosse difficulté, on s'enfermerait pas dans notre couple...

H : Non, non non.

F : Enfin je veux dire, jusqu'à présent la communication à deux, ça a toujours fonctionné, mais si jamais ça venait à ne plus fonctionner, ah oui on ferait... enfin je sais pas si c'est *lui* qu'on irait voir mais, peut-être, oui euh....

H : Ouais après je sais que moi... enfin je trouve qu'il est aussi prévenant. Parce que une ou deux fois, j'ai été le voir tout seul... euh justement pour le suivi de mon intervention et puis bah, chaque fois, il me demandait des nouvelles de F, comment ça se passait euh...

F : Oui et puis moi à l'inverse aussi.

H : Ouais et puis donc, je pense que c'est bien aussi ce côté où on est plus deux, mais *tout seul* face au médecin, où là peut-être on pourrait, si on avait vraiment des difficultés, vider notre sac... euh et puis je pense qui serait tout à fait à même de répondre à nos questions.

F : Mmh. (*Acquiescement*)

H : Enfin moi j'aurais pas de barrière non plus... à exprimer mes doutes...

E : D'accord. Ok.

Alors... je sais pas si là y avait d'autres choses qui... que vous n'aviez pas évoquées, que vous souhaitiez...?

F : Non, je pense qu'on n'a pas mal parlé !

E : On a balayé pas mal de choses !

H : Mmh. Non C'était bien. C'était... Moi j'ai trouvé ça complet.

E : Je pensais à une question... Alors c'est pas celle que j'ai perdue tout à l'heure, elle va revenir ! Mais euh... par rapport à ... bah justement, ce qui s'est passé euh dans votre vie, tous les bouleversements, on va dire, un peu attendus que l'arrivée d'un bébé fait dans le couple, est-ce que vous avez eu le sentiment que vous étiez assez préparés à ça ? Qu'on vous avez préparé à ça ? Que vous étiez assez informés ?

H : Oh oui oui.

F : Ouais. Oh oui je pense.

E : Y a pas eu de désillusion ou de choses comme ça ?

F : Non, au contraire en fait. Parce qu'on a entendu, on a vu des amis à nous changer complètement du tout au tout en devenant parents, vers le côté négatif, à se renfermer, à ne plus sortir tout ça. On s'était dit : « Pourvu qu'on devienne jamais comme ça ! » Ou des parents qui disaient « Bah vous verrez, c'est le début, pas de la galère, mais c'est le début des soucis, des petits soucis tout ça... » Nous on... on savait que ça allait changer un peu la donne mais... Nous on est toujours hyper positif donc...

H : Moi, personnellement, j'ai pas l'impression que l'arrivée de B ait *transformé* ma vie.

E : Mmh.

H : C'est euh ... Elle est avec nous. Je suis vraiment hyper content. Ça *change* la vie, mais euh...

E : C'est plutôt des petites modifications que de grands changements ... ?

H : Pour moi, ça *réorganise*. J'ai... Nous on a continué à sortir, on a continué à... enfin je crois que son premier concert...elle avait quelques mois. On a fait attention. Les ingénieurs du son avaient des tentures anti-bruits donc elle était cachée, elle était bien à l'abri. Et puis, c'était pas non plus du métal. Mais voilà... enfin ouais, moi j'ai pas le sentiment d'être bridé, d'être frustré...

F : Ah au contraire vraiment... Moi je touche du bois tous les jours parce qu'à chaque fois on me dit: « Alors, B, ça va?... » Et ça va *tellement* bien ! Franchement mais...

H : A la limite on se demande ce qui va nous tomber sur le coin du nez ! (*Rires*)

F : (*Rires*) Non mais déjà moi je me dit : « Pourvu que ça dure tout le temps comme ça ! » Parce que c'est tellement beau ! Je veux dire là moi je ... euh, j'allais dire une bêtise, j'allais dire : « Je serais prête à en refaire

un deuxième tout de suite ! » (*Rires*)

H : Pas moi ! (*Rires*)

F : Mais bah du coup, bah ça fait plus peur. Donc forcément, on a quelques appréhensions avant de faire un enfant. Est-ce qu'on va être de bons parents ? Est-ce qu'on va pas avoir un bébé difficile ou qui aura des problèmes ? Enfin elle en aura peut-être... elle aura des maladies mais euh... C'est simple, c'est simple. Et elle est simple. Mais y a toujours ces gens qui disent : « Oui bah, tu verras plus tard ! » C'est fou ça quand même !
Moi ça m'énerve les gens qui disent ça !

H : Pareil.

F : ... parce que t'as envie de leur dire : « Mais c'est pas parce que toi t'as eu telles difficultés que tu peux le souhaiter à d'autres ou que t'as envie que d'autres... » On a l'impression que les gens, ils ont envie qu'on vive la même galère qu'eux...

E : Finalement, vous avez été plutôt avertis sur le versant négatif quoi ?

F : Ouais, ouais.

E : ... parce que parfois, ce qu'on entend c'est : « Oh un bébé c'est que du bonheur! Vous allez voir ! » Enfin... certaines personnes...

H : Bah c'est vrai qu'autour de nous on...

F : C et D par exemple... vraiment eux c'est...

H : Ouais enfin ils ont quand même galéré aussi... avec les coliques de leur petite dernière.

F : Oui mais ça c'est tous les bébés. B elle en a fait quelques-unes...on a passé quelques débuts de nuits... à la bercer parce que voilà...

H : Ouais mais après en fait ...ouais moi j'ai l'exemple de mon grand frère où.... Bah j'ai vu qu'il était zen. Sa femme, pareil. Ils sont zen avec leurs enfants et...Bah voilà ça fait des enfants zen, tout simplement.

E : Mmh. (*Acquiescement*)

F : Moi j'ai fait de l'acupuncture pendant ma grossesse pour faire un bébé bouddha ! (*Rires*)

E : (*Rires*)

F : Ça a marché je pense, même si des fois elle a ... son caractère mais...

H : Oui... Après je sais pas si c'est une valeur sûre mais euh... enfin moi ça me va très bien comme ça, c'est ...

E : Vous aviez un peu des appréhensions par rapport à, justement, comment allait être le bébé... ? Si ça allait être un bébé qui allait pleurer, qui allait...

F : Bah oui...

H : C'est sûr que je pense que tout jeune parent a l'appréhension d'un bébé qui va juste leur mettre la misère !

Toutes les nuits, tout le temps, en permanence, qui va avoir des coliques et les dents qui vont pousser...

F : Ça arrivera, ça arrivera ! (*Rires*)

H : Oui ça arrivera. Oui complètement. Puis je me suis préparé psychologiquement à passer des nuits blanches... mais euh...

F : Moi c'est quand même surtout par rapport au travail que...

H : Ouais.

F : ... que ça me... enfin moi pour moi le sommeil, c'est vraiment très important et... du coup, quand je viens à manquer de sommeil, je, j'ai, je manque de patience et... et puis pour mon travail... bah ce matin, j'étais du matin, je me suis levée à cinq heures parce qu'on commence à six heures et demi et ... si j'ai pas bien dormi... enfin moi je...

H : Mais souvent on se relève quand même...

F : Oui heureusement.

H : Enfin sauf si vraiment euh des fois je l'entend pas la nuit... parce que là c'est à mon tour de dormir mais ... quand je sais que F est du matin bon bah je...

F : Des fois elle pleure la nuit parce qu'elle perd sa tétine. On a eu la bonne idée de lui donner la tétine pour dormir ...Et cette nuit tu t'es excusé (*Rires*) puisque je me suis levée pour lui redonner, et puis tu m'as vu revenir, tu m'as dit : « Oh, pardon ma puce ! » (*Rires*) C'était trop mignon !

H : Je m'en souviens même pas ! (*Rires*)

E : Et la reprise du travail, ça a pas été compliqué ?

F : Non, par rapport à B franchement... Bah forcément, moi je serais bien restée encore quelques mois... je me suis pas du tout ennuyée, j'ai pas trouvé le temps long, le fait d'être tous les trois, c'était que du bonheur, mais... c'était pas compliqué parce que je la laissais à H quoi.

E : Mmh. Oui c'est vrai que oui...

F : Franchement, on est vraiment très chanceux sur tout quoi. Et ça c'est vraiment top. On pouvait pas rêver mieux quand même hein.

H : Y a ... Si moi j'ai des sensations en fait, j'ai l'impression que quand on est jeunes parents, y a comme une atmosphère qui se crée. Comme un cocon qui vient naître... qui vient de se former... qu'on n'a pas quand on est que tous les deux. C'est... Moi j'avais l'impression d'être... un gosse quand on est rentré de la maternité !

F : (*Rire*)

H : J'étais... j'étais trop fier, dans ma voiture, en train de conduire mes deux petites femmes à la maison.

(Rires) J'avais fait le ménage. Le feu était là. Il faisait bon dans la maison. J'étais comme un vrai gosse quoi !

C'est euh... Y a vraiment quelque chose qui se crée...

F : On est fier d'être parents. On est fier de son enfant, ça c'est clair.

H : Quand on était là, avant que tu reprennes le boulot, tous les trois euh... bah on était bien, juste tous ensemble, juste tous les trois, on était trop trop bien.

F : ... avec le chien ! (Rires)

E : (Rires) Il se sent un peu oublié là !

H : Voilà, fin de la parenthèse ...

F : Mais je me rappelle plus c'était quoi la question de base ?

E : Ah je ne sais plus! (Rires)

H : Non j'avais senti ça, je l'ai dit !

E : Et moi, je voulais juste revenir sur, justement on parlait de la vie sociale, que vous avez rapidement repris à sortir. Justement à quel moment ? Est-ce que les deux premiers mois vous étiez plus repliés sur vous ?

F : Oh quand même oui. Je crois que la première fois qu'on est... Bah après y a eu toutes les fêtes de fin d'année...

H : Oui

F : ... du coup, on est... on a été souvent en famille, entre amis.

H : ... fêtes de fin d'année, elle avait un mois. On n'a passé plusieurs jours dans ta famille.

F : Oui, avec les amis après.

H : Donc là, on n'a pas hésité à bouger avec la puce en voiture... on a été voir des amis aussi. Pareil hein, elle nous suit hein.

F : Oui mais quand même, quand on était ici, je veux dire...

H : On a été vigilant quand même.

F : ... on n'est pas sorti tous les deux.

H : Non.

F : On est sorti tous les deux une fois parce que ... (Souriant) sa sœur nous a « imposé » un peu la chose, en disant : « Bah je m'occupe du bébé ce soir, et je vous ai pris deux places, enfin une réservation pour le japonais ce soir. » Et du coup on a trouvé ça génial. Ça nous a absolument pas gêné. B elle était... Ouais elle avait peut-être un mois et ...

H : Mmh. (*Acquiesçant*)

E : C'était pas un déchirement pour vous de la laisser.

F : Non, pas du tout.

H: Non puis on savait qu'on partait juste pour une soirée.

F : Oui voilà.

H : c'est juste une soirée, c'est ma sœur.

E : Et donc oui après, naturellement euh...

F : Ouais du coup... bah après on est quand même plus sorti *avec elle*, parce que y avait pas non plus...

H : Puis c'est simple, au début.

F : Oui c'est hyper simple...

H : Ça mange, ça fait dodo ...

F : ... elle dort partout...

H : ... et puis elle fait pipi.

F : C'est tout ce que ça fait au début.

E : Et puis, elle est calme. (*Rires*) Super sage. Elle écoute...

F : On se fait quand même là des week-ends enfin... dans trois semaines, non dans un mois on part que tous les deux. Du coup, elle reste chez ma maman.

H : Mmh.

F : Et puis...

E : Là c'est la première fois du coup que vous partez quelques jours ?

F : Ouais, un weekend, une nuit ce sera la première fois.

H : Ouais, puis là c'est vraiment... tout le monde séparé ! C'est...

F : Non. Ça c'est pour le mariage, tous les deux.

H : Ah oui, tous les deux. J'oubliais le mariage.

F : ...d'abord, et un mois après, chacun de son côté. Lui de son côté, moi de mon côté et la puce, chez ma maman aussi.

E : D'accord. Chacun un temps personnel.

H : Exactement ouais.

F : Ça va faire du bien aussi.

H: Ça fait très longtemps qu'on l'a pas fait.

E : Le temps libre justement euh... parce qu'on parle beaucoup du couple du coup, mais le temps personnel que... dont vous avez besoin chacun, l'un l'autre, vous avez réussi à le trouver euh ?

H : Oh Oui.

F : Ouais.

H : Ça vient spontanément.

E : Des choses, du temps pour vous, pour faire ce qui vous fait plaisir... ?

F : Ouais aussi. Ouais.

H : Mmh. C'est ... Y a des fois... Oui oui enfin c'est...

F : Bah après toi c'était plus difficile dans les suites de ton opération mais euh...

H : Oui, pour moi, je faisais pas grand-chose (*Rires*) ... parce que je pouvais pas. Mais F, plus spontanément, tu disais : « Tiens je vais aller faire les magasins avec ma sœur. » ou... ou voilà, tout simplement. Elle me disait... puis bah : « Vas-y » tout simplement c'est...

E : D'accord. Ah ça y est, j'ai trouvé ce que je voulais dire...

F : Ah !

E : (*Rires*) Euh... On parlait de... En fait, tout au début de l'entretien, vous avez un peu parlé de l'allaitement, et ... du fait que c'était quand même une relation dont vous pouviez vous sentir un petit peu exclu, entre guillemet... Justement la place de la relation de la maman et du bébé, bah comment vous l'avez vécu au début... ? Maintenant... ?

H : Bah moi je l'ai vécu comme quelque chose de tout à fait normal. Enfin pour moi c'est normal que au début... plusieurs fois je t'en ai parlé... qu'y avait un lien un peu plus fort entre la mère et l'enfant.

F : Tu *tenais* à ce que j'essaye. Pour toi c'était important.

H : L'allaitement ?

F : Oui l'allaitement.

H : Ah oui.

E : Ah oui d'accord.

F : Pour moi c'était tout à fait logique, mais j'aurais été le genre de femme à dire : « Non je ne veux pas. » tu m'aurais dit : « Franchement, tu devrais essayer. »

H : J'aurais peut-être insisté. Enfin c'est même pas *peut-être*, c'est *j'aurais* insisté, sans te forcer mais...

Après oui euh ... (*Raclément de gorge*) Hum... F à un moment donné a tiré son lait ... et c'est là que ... on l'a mis

en biberon, et j'ai pu donner le biberon à B. Et c'est vrai que le premier biberon pour moi, il était important parce que j'ai eu l'impression de sceller une relation.

E : Mmh... en nourrissant l'enfant...

H : Exactement. Et puis euh... ouais à ce moment-là, y a plein de mimiques, plein de choses. Faut être hyper attentif parce que elle réagit à tout. Et puis y a un moment donné, y a comme un pied d'égalité qui se fait aussi avec la mère, où ... moi aussi je donne à manger et...

F : Et ça fait du bien aussi du coup ...

H : Après on le ressent, enfin aujourd'hui, je m'en rends compte *maintenant*. Mais avant je l'aurais peut-être pas perçu comme ça. C'est ... c'est quelque chose qui coule de source.

E : Au début justement, vous le perceviez comment ? Enfin c'était... ?

H : Bah au début pour moi y avait la relation « mère-enfant ». J'étais un petit peu éloigné... sans être *écarté*. J'étais observateur.

E : Et en même temps, vous disiez que c'est vrai qu'au début, vous étiez pas forcément super à l'aise...

H : Et puis au début oui... c'est tout petit, tu te dis : « Comment on fait euh... ? » (*Rires*)

F : (*Rires*) Je me rappelle du premier bain... C'était trop marrant hein...

H : Ah bah j'étais ... très crispé.

E : C'est pas tout à fait naturel ... (*Rires*)

F : Ouais...

H : Les gestes étaient pas fluides du tout !

F : (*Rires*)

H : Mais... après ça... enfin... Comme d'habitude je dirais, y a juste à en parler un petit peu et puis, ça y est ça reprend ... Je dirais, tout le monde est sur le même pied d'égalité, les choses vont bien, tout va bien euh...

F : Oui...

E : Vous de votre côté, c'est pareil ... ? (*à F*) Ce lien un peu fu... y a eu un lien fusionnel que vous avez ressenti euh... ?

F : Ouais, bah oui... Mais du coup...

E : ...Que vous ressentez peut-être toujours ?

F : Oui, oui oui. Mais différemment du coup mais... C'est vrai que ça m'a un peu manqué, mais c'était une volonté de ma part d'arrêter parce que ... en fait j'étais complètement partagé entre l'envie d'arrêter pour moi, égoïstement en fait parce que ... j'en avais marre d'être que... Je pouvais pas me séparer d'elle plus de deux

heures euh... Fallait vraiment ... elle *dépendait* complètement de moi et euh... et puis en même temps, je culpabilisais parce que ... parce que le mieux c'est quand même de le faire le plus longtemps possible, parce que c'est ce qui y a de mieux pour l'enfant. Et puis, je me suis pas... enfin le Dr MG m'a rassurée... Toi tu m'as rassurée...

H : On en a discuté puis... enfin moi, déjà, j'ai trouvé ça très bien qu'elle essaye.

E : Mmh.

H : Après ça marche tant mieux, ça marche pas tant pis. C'est comme ça. C'est...

E : Ça a marché du coup ? Ça fonctionnait bien ?

F : Ouais ouais.

H : Ouais, tu l'as allaité un mois ?

F : Bah ça fonctionnait bien sauf que j'avais un ... réflexe d'éjection trop fort. Et du coup, eh bah elle... elle prenait trop vite, et elle vomissait *en jet*.

E : Ah oui d'accord.

F : Et du coup, c'est pour ça que j'ai été obligé de tirer mon lait avant *chaque* tétée. Donc c'était pas du tout pratique.

E : Ah oui... Pour on va dire réguler le débit...

F : C'est ça, pour faire baisser la pression ! C'était pas du tout pratique parce que bah en pleine nuit...

E : Ouais ouais ouais, ça prend plus de temps.

F : Bon heureusement on avait... le premier mois, on a tous les trois dormis dans le salon. C'était quand même folklorique !

H : Parce que la chambre était pas prête.

F : On avait notre lit là-bas. La puce elle avait son lit...

E : A cause des travaux ?

F : Oui la chambre était pas tout à fait prête. En fait, on pensait pas qu'en quatre mois, je tomberai enceinte. On s'était dit : « Bah... »

H : ... « On a le temps ! » (*Rires*)

F : ... « On va s'y mettre maintenant mais... » Ouais ouais, quatre mois c'était...

H : ... raté !

F : ... C'est rapide. Et du coup j'étais contente. Et elle, elle a pris le biberon hyper facilement et ça s'est fait hyper facilement. Mais ça m'a manqué quand même un peu. Ce... *moment* où c'est quand même... ouais hyper

fusionnel.

H : Et puis même, ça se voyait hein... Ah quand tu l'avais sur toi, ohhh y a une « bulle » qui se créait !

F : Ouais...

H : Et là, le monde extérieur n'existe plus.

F : Non c'est vraiment une bonne expérience. Et puis si c'était à refaire, j'essaierais de le faire un peu plus longtemps.

E : D'accord. Parce que oui, ça vous a manqué un peu... ?

F : Ouais, ouais... je pense que... je pense que j'aurais pu faire encore un petit peu...

H : Mmh.

E : La transition après l'accouchement, y a eu euh... un « petit » baby-blues ou pas du tout ? Enfin justement la perte de la grossesse, enfin de ne plus la porter ?

F : Non pas du tout...

E : Pas du tout.

F : Non.

E : D'accord.

F : J'avais peur que ça me manque. Ça me tracassait plus quand j'étais... je me disais : « Ah bientôt je la sentirai plus à l'intérieur de moi ! ». Mais en fait, ça prend *tellement* de place euh...

H : ... à l'extérieur.

F : Ça a pris ... Elle a pris *tellement* de place dans ma vie que j'y ai même pas pensé, parce qu'elle était omniprésente tout le temps, et du coup, elle me comblait tout le temps. J'avais pas besoin de me dire : « Oh je la sens plus... »

H : Moi je sais que, enfin le baby-blues, j'y ai pensé parce que j'ai un copain qui est devenu papa, sa femme a fait un baby-blues et euh... en fait il m'avait dit : « Sois attentif. On sait jamais. » Et puis, c'est vrai que, quand il m'avait dit ça, j'avais dit : « Ah ouais d'accord... Bon, faut que je sois attentif. »

E : D'accord.

F : Non franchement, je pense pas avoir du tout eu une période de déprime... Bon après quand je suis fatiguée, je pleure facilement. Mais j'appelle pas ça une ... Je veux dire c'est mon... Je suis émotive de base. (*Rires*)

E : Plus à fleur de peau...

F : Ouais un petit peu quand même, ouais. Mais euh ... je pense que c'est aussi tout à fait normal.

H : Mmh. (*Acquiesçant*)

F : Je veux dire, moi le premier mois, ça a été ... que du bonheur et en même temps, un paquet d'inquiétudes, parce que bah je ... je suis maman pour la première fois, et du coup je m'inquiétais un peu pour tout quoi enfin. J'apprenais et...

H : Tu es naturellement aussi inquiète.

F : Oui, je suis un peu inquiète de base donc euh... Mais le premier mois passé, j'ai été rassurée par les professionnels que j'ai vu tout ça, et du coup, après ça coulait de source.

H : Moi j'ai trouvé ça bien aussi, qu'y ait autant de structures, pour enfants ...

F : Ouais la PMI tout ça. J'ai été quelques fois et ... c'est vraiment bien hein.

H : Parce que vraiment aujourd'hui je me dis bon en cas de souci, y a *toujours* un professionnel. Alors si c'est pas pour le jour même, c'est au moins pour le lendemain. Et encore pour le jour même, y a les urgences pédiatriques à Angers... et puis... Ah non c'est quand même compliqué de passer à côté quoi...

E : Mmh. Donc c'est rassurant, sécurisant pour vous...

H : Mmh.

E : Est-ce qu'il y a d'autres choses que vous aimeriez évoquer... qu'on n'a pas ... ? Là est-ce que au cours de cet entretien, de cette discussion, vous avez l'impression de... de découvrir, de prendre conscience de quelque chose chez l'autre ou, ou en vous... ?

H : Non moi c'est des choses que j'ai surtout oublié.

F : Ouais voilà c'est agréable...

H : Y a plein de petits trucs que j'avais oublié, je me dis : « Ah ouais c'est vrai y a ça, y a ça ».

F : C'est agréable de se rappeler tout ça.

H : Ouais parce que moi franchement j'ai ... du début de la grossesse jusqu'à aujourd'hui... c'est que des bons souvenirs.

F : Moi aussi.

H : Puis on oublie aussi vite les ...

F : Bah les tous petits désagréments.

H : ... les toutes petites voilà ... déconvenues.

E : Euh... et est-ce que... alors la question que j'avais... parce qu'en fait, c'est un petit peu euh...ce qui sous-tend notre travail de thèse, c'est que nous on se pose la question : est-ce que ça pourrait être intéressant d'intégrer dans le suivi de la mère et de l'enfant après l'accouchement une consultation ... de couple ? Un entretien un petit peu à titre systématique qu'on proposerait à tous les couples euh, bah par exemple, à quatre

mois après l'accouchement, pour recevoir le couple et discuter d'éventuelles difficultés, ou ... voilà s'assurer qu'y en n'a pas. Est-ce que vous par exemple, vous pensez que ça pourrait être bénéfique ? Enfin vous y trouveriez *vous* un intérêt ?

F : Bah oui, je pense. Enfin nous personnellement là aujourd'hui on s'en sort bien mais ça aurait pu être plus difficile que ça, donc je pense que oui vraiment ...

H : Je pense qu'en tant que médecin généraliste, il faut... enfin je dirais une part préventive. Faut juste pouvoir le *dire* aux gens, que si y a un souci vous êtes là.

E : Mmh.

F : Non mais même de proposer un entretien...

H : Et déjà rien que ça. Après de là à le mettre obligatoire ? Ou... pas forcément ?

E : Euh... non. Je pense...Je pense...

F : Y a rien qui est obligatoire.

H : Non mais justement...

E : ... proposer une consultation, comme par exemple vous avez quatre mois avant l'accouchement, y a la consultation pré-natale que vous pouvez avec la sage-femme...

F : Oui, on l'a pas faite mais... Ouais.

E : ... qui est pas obligatoire mais qui permet de balayer un peu...

F : Voilà c'est ça.

H : Ouais, complètement. *Proposer*, c'est ... c'est une très très bonne idée.

F : Si je pense que ça peut vraiment être bien, parce que ça peut soulever des problèmes... enfouis ou...

H : Voire même individuel.

E : Alors vous vous penseriez que... Moi justement, c'est une question que j'allais poser après ...

H : Bah en fait, je pense que... il pourrait, enfin juste laisser le choix aux personnes de soit venir en couple, soit chacun son tour. Parce que y a peut-être des choses qui ... qui peuvent être difficiles à dire devant le conjoint ou la conjointe et ... et être seul des fois, c'est plus facile à dire.

F : Parce que je pense que tous les couples ne communiquent pas comme on peut le faire aussi hein...

H : Mmh. Eh bah oui, ça c'est sûr...

F : Donc peut-être que pour certains, en couple, ce serait peut-être délicat. Mais en tout cas je pense que c'est vraiment une bonne idée, ouais je pense que ça peut aider à répondre à des questions qu'on pose pas

forcément à ... au médecin traitant enfin justement. Enfin je sais pas cet entretien, il serait éventuellement fait par quel type de professionnel ?

E : Eh bah euh, on pense au médecin traitant puisque...

F : Ah oui quand même ouais. Oui du coup...

E : On voit de notre point de vue justement, est-ce qu'on pourrait être cette personne ressource éventuelle pour un couple où ... voilà à un moment donné de sa vie, y a des bouleversements quand même, enfin y a une réorganisation comme vous disiez... Et voilà après de... voilà montrer que on peut justement aussi être présent s'il y a besoin.

F : Ouais.

E : Après voilà le... le fait que ce soit un entretien seul effectivement, pour vous, vous pensez que vous y trouveriez plus un bénéfice personnellement ... ?

H : Pas du tout.

E : Non ?

H : Parce qu'en fait... enfin je... enfin, moi ça changerait *rien*. Ce que j'aurais dit au médecin, j'en aurais parlé à

F : Et...

E : Vous avez déjà une communication donc y a pas forcément besoin d'un lien...

H : Ouais je pense qu'on est... c'est pas mal. Après c'est plus pour certains... je pensais plus à d'autres personnes qui ont un peu plus de mal à se livrer.

F : Après moi je suis en train de me dire que... euh... C'est pas, c'est pas très bien, mais moi si j'ai accepté de faire cet entretien c'est, je pense, aussi parce que je travaille dans le milieu de la santé et du coup j'ai côtoyé pas mal d'internes qui faisaient des thèses et je sais à quel point c'est important aussi pour vous. Et du coup c'est peut-être aussi pour ça. En fait, c'est pas pour nous, pour discuter, c'est aussi pour votre travail de recherche que je l'ai fait et du coup, si j'avais pas été dans ce milieu-là... enfin je sais pas, admettons, deux personnes qui font des métiers complètement différents, pas dans le milieu de la santé, est-ce que ils ont avoir envie de prendre le temps ? Sachant que c'est quelque chose qui est juste proposé ? Euh je sais pas si les gens... si vous aurez beaucoup de ...

E : Après voilà moi ma question, c'est plus, pour *vous*, votre point de vue à *vous*. C'est vrai qu'après il y a tous les cas possibles et imaginables de couples hein mais...

H : Oui oui complètement ouais.

E : Admettons voilà c'était pour vous par exemple une prochaine grossesse... Si ça devenait voilà quelque chose

à proposer...

F : Ah oui si carrément.

H : Mais je me demande si euh le Dr MG nous l'avait pas proposé ça, nous en avait pas parlé de...

F : Non je pense qu'il a dû nous poser une question ou deux, mais pas proposer un...

H : Oui si on le vivait bien... si on n'avait pas des questions ou... ? Des fois c'est un truc enfin tout bête...

E : Oui ça peut être une phrase.

H : Ça peut être tout simple oui...

E : Bah écoutez merci beaucoup pour votre participation qui a été ... très complète !

Verbatim n°9

Durée : 90 minutes

E : Elsa Hautreux

E : Alors, bon en introduction, déjà est-ce que vous pouvez me raconter, comment est-ce que vous avez vécu la grossesse au sein de votre couple ? Comment est-ce que ça s'est passé ?

H : Bah, ça s'est passé euh, pff, comment dire, fatiguée, très fatiguée, les quatre premiers mois ont pas été faciles.

F : Bah, au final, j'ai pas fait grand-chose moi. Pendant la grossesse j'étais hyper fatiguée. Bah, t'as pris le relai un peu sur tout à la maison quoi. J'ai eu une grossesse un peu fatigante et puis je travaille de nuit, donc je pense qu'avec le travail de nuit ça a été un petit peu, on a un peu de mal à récupérer donc j'ai beaucoup beaucoup dormi euh sur quasiment toute ma grossesse, donc voilà, j'ai pas fait grand-chose ! (*Rires*) Je t'ai passé le relai, voilà ! Mais sinon dans le couple en soi, ça s'est très très bien passé, enfin...

H : Ah oui !

F : ... vu que c'était désiré, qu'on a, on était hyper contents donc voilà, non ça s'est bien passé.

H : Ouais, ça s'est très bien passé.

F : Enfin pour moi en tous cas. Toi aussi ?

H : Ah oui !

F : Mmh.

E : C'est juste du coup...

F : Bah j'étais fatiguée, j'avais beaucoup besoin de dormir, j'ai été malade les quatre premiers mois, donc, donc voilà. T'étais plutôt aux petits soins et moi je faisais pas grand-chose, c'est ça.

E : Ok. Donc, ouais, dans le couple, est-ce que ça a changé des choses, plus au sein de votre couple : dans la relation, dans le ressenti ?

H : Mmh, bah ça nous a plus, peut-être plus rapprochés.

F : Ouais, je pense, du coup parce que je dirais qu'on faisait vraiment attention, enfin surtout toi, mais on faisait attention l'un à l'autre, et euh du coup, du coup ouais non, ça nous a rapprochés, je dirais que ça nous a rapprochés.

H : Ouais.

F : En même temps, on l'attendait donc...

H : Ah oui oui oui, non mais il a été voulu, c'était ...

F : Après, on a tout vécu ensemble la grossesse : on a fait toutes les échos ensemble, tout a été fait, t'es toujours venu à tous les rendez-vous, du coup on était... proches.

E : Ouais, ok. Et du coup, alors même question euh, comment, pour l'accouchement, comment est-ce que vous l'avez vécu dans votre couple, l'accouchement ?

F : Ah bah notre couple, bien ! *(Rires)*

H : Bah notre couple en soi, oui, ça s'est bien passé, y a pas eu de souci !

F : Après l'accouchement s'est pas très bien passé donc euh... Bah moi j'étais pas euh... J'ai pas mal vécu, enfin si, j'ai mal vécu mon accouchement mais...

H : Bah parce que t'as souffert.

F : ... toi t'étais là voilà, donc moi j'étais rassurée qu'il soit là. Je l'aurais pas vécu de la même façon sans, sans H. Ça s'est terminé en césarienne, et du coup H a pu être présent en salle, quoi au bloc et après il a pu être présent en salle de réveil un petit peu avec nous donc ça, c'était important pour moi parce que pour moi c'était des moments qu'on devait vivre ensemble.

E : Ouais ?

F : ... Donc euh voilà. Après, toi je pense que t'es passé par toutes les émotions possibles et inimaginables.

H : Ouais.

E : Ouais ?

H : Bah, bah déjà on voit sa femme souffrir, on peut rien faire, on est impuissant, c'est horrible comme sensation.

E : Donc ça c'était dans la partie, pendant le travail c'est ça ?

F : Ouais, ça a duré quarante-huit heures le travail, avant de se terminer en césarienne.

E : D'accord, ok, vous aviez la péridurale du coup ?

F : Ouais ! Qui a arrêté de fonctionner à un moment donné alors qu'ils ont percé la poche des eaux, ils ont mis du syntho du coup euh, j'ai eu une phase où j'ai extrêmement souffert on va dire et où là ça a été difficile pour toi je pense, parce que j'avais mal.

H : Bah c'est difficile, ça a pas été le plus difficile, mais ça a été difficile oui !

E : Ouais. Et quand vous disiez toutes les émotions, c'est...

H : Bah de la voir souffrir, on est impuissant, on est à côté parce que c'est notre rôle et puis faut qu'on soit là mais euh, mais c'est, c'est horrible de se sentir impuissant.

E : De pas pouvoir faire plus quoi, c'est ça ?

H : Ouais.

E : D'accord. Et ensuite du coup ?

F : Toi, c'est quand t'es rentré au bloc où ça a été un peu...

H : Oui, pour m', oui !

F : ... un peu difficile pour toi.

H : J'ai pas une approche très bonne au niveau des opérations et tout ça donc euh voilà, ouais un vécu pas top et du coup de voir ma femme bah, quand je suis rentré ils avaient commencé... (*Silence*) Et j'ai vu !

E : Ah d'accord !

H : Donc sur le principe moi ça m'a pas... donc ouais, en soi ça me dégoûte pas ou rien du tout mais euh, c'est un côté que j'aurais bien aimé ne pas...

E : Oui, c'est impressionnant, forcément.

H : Voilà. Et puis oui, de voir ma femme souffrir autant et puis ça reste une opération donc y a quand même un gros risque et oui, ça fait peur !

E : Ouais donc beaucoup de...

H : Déjà, en quarante-huit heures y a eu énormément d'émotions, plus ça ! Après bon ça a été rapide et puis...

F : ... ça s'est bien fini !

H : Il est né et puis ça y est, il était avec nous, y avait pas de souci, mais euh c'était long.

F : Très.

E : Pendant la césarienne, vous aviez des douleurs du coup ?

F : Non, c'est désagréable, c'est hyper désagréable.

E : Ouais, c'était des sensations...

F : Ouais, c'est bizarre, ils appuient sur le ventre et, ouais, c'était très bizarre. Euh et puis bon, j'avais un peu moi l'idée de l'accouchement, qui serait peut-être un peu long mais l'idée de l'accouchement et puis au bout de deux jours, je voulais rentrer à la maison faire un retour précoce pour qu'on vive ça tous les deux, enfin tous les trois du coup, voilà donc ça a un peu tout cassé mon projet de, de par la suite, ça, ça a été un petit peu difficile. Après, ça s'est bien passé quand même hein ? Mais...

E : Ouais, c'était pas ce que vous aviez envie comme...

H : Ouais, tu t'étais dit que ça serait un accouchement normal, par voie basse tout ça. T'avais pas...

F : Oui, j'avais pas envisagé la césarienne.

H : T'avais pas envisagé autre chose.

F : C'était aux autres, mais pas moi. Voilà, donc ça a un peu tout remis en question le début : du coup je savais qu'on rentrerait pas à la maison euh, tôt et voilà et tout ça ça me pesait parce qu'on avait vécu tout à trois et déjà je suis contente que H il ait pu venir en salle de réveil et qu'on ait pu partager un petit instant en salle de réveil. On a eu un peu de chance : on a eu une sage-femme qui a été cool. Du coup c'était important pour moi qu'on vive ça ensemble et voilà, ça m'a un peu cassée au début et puis en fait après on avance, on n'a pas le choix. Mais j'aurais aimé qu'on puisse être plus tôt à la maison tous les trois. Parce que c'est ce qu'on dit : on l'a fait à deux, on l'a voulu à deux, pour moi le papa il doit être présent tout le temps auprès de nous, voilà.

H : Même la première voire la deuxième euh...

F : Ouais, les premières nuits ont été, ça a été difficile de pas avoir H. Ouais, c'est difficile parce qu'en plus moi je pouvais pas sortir de mon lit donc dans la nuit j'aurais aimé qu'H, il soit là et pas demander, pas demander au personnel soignant de me le sortir du berceau... J'avais besoin en fait qu'il, que ça soit nous trois mais bon...

E : Ouais, retrouver un cocon ?

F : Ouais voilà, je commençais à créer mon nid à trois et tout ça. Mais bon, après, ça se fait mais...

H : Bah oui, oui, oui, ça se fait, c'est juste que c'est plus long, c'est, faut que le papa se faufile dans tout ça. Y a eu une première approche plus, enfin y a eu un lien pendant neuf mois, tu l'as porté et puis il te sent et du coup moi je m'intègre au lien petit à petit. Je pense faut un bon mois pour que le papa puisse être intégré dans la relation.

F : Ouais, je sais pas.

E : Ouais ? Vous avez trouvé ça, comment est-ce que vous avez réussi à trouver votre place ? A quel moment ?

H : Mmh...

F : On en a parlé.

H : Oui, on en a parlé, euh, au début c'est vrai que c'était pas, c'était pas facile euh...

F : ça a été dur, le premier mois je pense pour toi : moi j'étais obnubilée par B. Honnêtement, y avait mon bébé et mon bébé et mon bébé, voilà ! Et petit à petit, ça va mieux, après je suis toujours très centrée sur B. Euh, je pense que je fais quand même plus attention ?

H : Ah oui.

F : Même beaucoup plus mais le premier mois, je pense que pour toi ça a été très difficile parce que je laissais de la place à personne autour de B, même à H, difficilement. Ou alors j'étais toujours à vérifier, ou voilà, et je pense qu'heureusement qu'on a réussi à bien parler et bien se dire les choses pour que H il retrouve sa place et

que ça soit un peu plus facile pour toi, pour moi et pour nous trois. Du coup... Après je dirais que le fait qu'on parle beaucoup dans notre couple, ça nous, ça a aidé et ça nous aide, enfin on se dit les choses : quand y a un truc qui va pas, on le sent donc à un moment y en a un qui dit : « Bon, on va discuter. », après, fallait avoir le temps de discuter, c'est ça qui était plus difficile.

H : Mouais, oui. Fallait avoir le temps, fallait avoir personne autour.

F : Ouais, c'est ça.

H : Parce qu'au tout début, on veut le présenter à tout le monde, tout le monde veut le connaître, donc on va à droite à gauche, on est toujours entouré et voilà, c'est vrai que y a ça aussi qu'est pas toujours facile.

E : Ouais. C'était une difficulté en plus, le fait qu'il y ait du monde extérieur ?

H : Ouais

F : Ouais. Bah je pense qu'on l'a pas vécu de la même façon, le fait qu'il y ait du monde autour de nous.

H : Ouais.

E : Ouais ?

F : Moi j'avais besoin un petit peu d'être euh, bah en fait je l'allaite, et en fait sur l'allaitement, j'avais besoin d'être un peu rassurée et toi je pense que tu l'as vécu un peu comme un envahissement ?

H : Mmh.

F : Enfin, même je suis sûre, tu l'as dit !

H : Ah oui, oui, oui, bah oui, oui, oui. Bah oui parce que bah l'accouchement qu'avait été difficile, qu'avait été long, et puis bah on a, on est à peine parent que là ça y est, on reçoit beaucoup de monde et puis on va voir beaucoup de monde... Et moi j'ai pas fait encore, je me suis pas intégré encore dans le lien quoi, dans la relation, donc euh, voilà c'est une difficulté en plus. Et puis c'est l'été, oui c'était l'été, à un moment donné ou il faisait chaud donc il demandait encore plus le sein...

F : Après, je pense qu'on s'attendait pas non plus à cette difficulté.

E : De ?

F : Je pense que comme tout couple, on a un petit peu l'image au début : « On va être tous les trois, ça va être parfait, toi tu feras ça, moi je ferais ça... », et en fait un bébé, c'est différent de, y'en a aucun qu'est pareil, y en a aucun qui fonctionne pareil, qu'a les mêmes attentes, même notre couple, même en tant que personne donc. Et puis bah je pense que pour ma part, j'avais la découverte de mon rôle de maman, j'étais une nouvelle personne un peu, fallait que j'accepte mon corps d'après grossesse, ce qui a été un petit peu difficile... Et qui l'est toujours un peu !

H : *(Rires)*

F : Voilà, du coup je pense que ça faisait beaucoup d'émotions et beaucoup de choses pour moi d'un coup et, et j'avoue que j'ai un peu délaissé H, enfin j'y ai pas prêté plus d'attention que ça quoi. T'étais dans ton coin et moi j'étais avec B.

H : Oui, peut-être...

F : Enfin moi je me, c'est ce que je me, c'est ce que je ressens après coup.

H : Bah ça m'a pas marqué.

F : Bah tant mieux !

H : Oui, je sais qu'il y a des périodes qui ont pas été faciles pour moi, maintenant euh... enfin je m'y attendais, je le savais à l'avance.

F : C'était une petite mise en route !

H : Donc euh voilà, faut que chacun prenne ses marques. C'est nouveau pour tout le monde donc euh... Et puis c'est normal pour le père : voilà, c'est à moi de... C'est à toi de m'inclure dans, dans le lien aussi mais c'est aussi à moi de trouver ma place, aussi.

F : Mmh, ouais.

H : Et à l'enfant de se rendre compte que y a pas que « Maman », ça a peut-être été le plus long !

F : Peut-être encore un peu !

E : Est-ce que vous avez pu avoir une espèce de forme de jalousie s'il y avait plein d'autre monde qui rentrait dans le cercle alors que vous-même, vous aviez du mal à trouver votre place dans cette relation ?

H : Peut-être, jalousie ou agacement, peut-être plutôt de l'agacement, je, pour moi avec mon caractère c'est plutôt de l'agacement que de la jalousie, euh donc euh oui, que les gens essayent de rentrer dedans alors que j'ai pas encore pris ma place euh oui !

F : Après, c'est comme ça que tu l'as vécu, je suis pas sûre que les gens, c'était leur intention.

H : Ah oui, oui, non, non, je dis pas ça, je dis pas ça du tout.

F : Oui, oui.

E : Vous parliez des modifications physiques qui avaient pu être difficiles, est-ce que vous pourriez préciser un petit peu ?

F : Bah en fait euh, j'ai cru jusqu'au dernier mois que j'aurais pas de vergetures, j'étais contente.

F+H : *(Rires)*

F : Et le dernier mois, ça a mais explosé sur mon ventre ! Donc là, il faut que j'accepte d'avoir des vergetures sur mon ventre, que mon ventre il est pas comme avant, euh après j'ai reperdu hein, tout mon poids que j'avais pris pendant la grossesse, y a juste mon ventre, j'ai un peu de mal avec mon nouveau ventre !

E : Quand vous dites que vous avez du mal, c'est au niveau de ?

F : De le voir, de le, voilà, c'est pas, je reconnais pas mon corps d'avant, mais après, ça va mieux, j'accepte mieux, maintenant je me dis : « Bon bah voilà, j'ai eu un enfant ! ». Après, j'ai aussi la cicatrice, bon bah j'avais pas très envie d'avoir une cicatrice euh, elle est pas horrible hein, mais j'ai une cicatrice, du coup j'avais pas envie d'avoir ça non plus, donc euh ouais, j'avais un peu de mal, ça a été un peu difficile au début ça j'ai...

H : Il a fallu travailler !

F : Ouais, ça a été long, j'ai eu du mal a, même H, je supportais plus qu'il passe sa main sur mon ventre euh, voilà ! Maintenant ça va mieux mais, c'est plus moi, quand je m'habille, je me dis : « Hof ! »

E : Du coup c'est au niveau tonus, à part les vergetures ?

F : Ah bah, vergeture, tonus, le tout mélangé, ça va pas ! *(Rires)*

E : Ok. De votre côté, ça a pu vous perturber ce genre de modification ?

H : Non, du tout. Parce que j'ai été opéré plusieurs fois du ventre et la cicatrice, tout ça, moi je connais donc euh... J'ai la même dans l'autre sens donc euh... *(Rires)* Crûment donc euh, c'est peut-être pour ça que c'était facile pour moi d'aider F à ce qu'elle l'accepte, je pense. C'est vrai que ça a peut-être été un atout ?

F : Non, ce qui a été un atout, c'est que ça te gêne pas !

H : Oui.

F : Ça t'aurait gêné, ça aurait été un peu, encore plus difficile à accepter je pense !

H : Oui mais bon, c'est le risque d'une grossesse, je veux dire dans ce cas-là, si on veut pas que sa femme change, on fait pas un enfant ! *(Rires)*

F : Oui, mais tout le monde pense pas ça, donc euh...

H : Oui.

F : Non mais après, je pense que je vais... Et ça m'empêchera pas d'avoir d'autres enfants et voilà, enfin, je, je, je vais accepter mon corps, je vais reprendre le sport quand tout va, avoir calé un petit rythme plus facile avec le travail, tout ça. Et puis ça ira mais, voilà, c'est les premiers mois qui sont un petit peu difficiles.

E : Ouais. Donc vous disiez que ça a bien aidé le fait que, que le regard de votre...

F : Bah, il a pas changé le regard de H, bah j'ai pas senti de dégoût, j'ai pas senti de crainte ou quoi que ça soit, peut-être un peu de la protection sur : « Masse bien ta cicatrice ! », enfin des choses comme ça, du vécu qu'il avait à me dire... Voilà, pas de dégoût donc du coup, ça aide.

E : Au niveau de votre image corporelle, est-ce qu'il y a d'autres choses qui ont pu, qui ont changé ?

F : Non parce que même si j'allaite, j'ai une poitrine un peu plus forte, mais étant donné que j'ai déjà une forte poitrine à la base, ça m'a pas, ça ne me gêne pas et euh, bah le reste de mon corps, j'ai plutôt perdu avec la grossesse, au niveau des cuisses donc ça me va !

F+H : (*Rires*)

F : Non, non, y a vraiment, la seule problématique, c'est mon ventre, mais ça va rentrer dans l'ordre.

E : D'accord. Au niveau de l'image corporelle de votre épouse, est-ce qu'il y a eu des changements, que ça soit positif, négatif ou...

H : Non euh bah...

F : ... Si y en a un positif, tu m'avais dit ! (*En rigolant*)

H : Hein ?

F : Le fait que j'ai une plus forte poitrine, tu disais ?

H : (*Dubitatif*) Mmh, oui.

F : ... Et vous en rigoliez avec A !

H : Ah oui, oui, oui, enfin en rigolant mais pas, enfin...

F : Après c'était pas...

H : Oui, non. (*Silence*)

E : Donc plutôt positif au niveau de la poitrine notamment ?

H : Oui ? Oui voilà mais sinon pas spécialement de positif, ou de, enfin pas de négatif en tous cas c'est, ça c'est sûr. Oui, à la limite, le positif euh, que tu ais pris de la poitrine un peu...

F : (*Rires*)

H : ... mais euh...

(*Pause*)

E : Alors on parlait un petit peu des changements physiques, je crois qu'on en était là. Et au niveau du coup, vous disiez, vous allaitez...

F : Oui, je l'allaite.

E : De manière exclusive ?

F : Oui.

E : D'accord. Est-ce que l'allaitement, ça a pu euh, changer des choses au niveau de votre vie de couple, est-ce que ça a pu être euh ?

F : De notre vie de couple, pas vraiment.

H : Non.

E : Que ça soit au niveau du temps, de la relation, du partage des tâches, du regard de l'autre, des choses qui ont pu...

F : Non, je dirais que pareil, un peu comme quand j'étais malade pendant la grossesse, surtout au début, t'étais euh, hyper attentionné et tout.

H : Ouais ?

F : Dès que j'avais besoin euh, tout le temps à m'apporter, à m'aider à me caler ou des choses comme ça.

H : Ah ! Oui !

F : Tu vois ? Etre un peu aux petits soins quoi !

H : Oui, oui, oui.

F : Un peu moins maintenant parce que j'ai pris de la confiance et que je suis plus à l'aise.

H : Bah c'est peut-être le fait aussi que moi je, oui, je sais pas ce que c'est que l'allaitement : dans ma famille bah, on n'a pas été allaité, j'ai pas des parents qui sont, c'est pas qu'ils sont spécialement contre mais, ils sont pas non plus spécialement pour donc euh...

F : Non mais tu m'as soutenue du coup.

H : Comment ?

F : Tu m'as soutenue. C'était pas une décision ou t'étais contre. T'étais plutôt pour, enfin t'attendais de voir.

H : Oui, oui, oui et puis enfin là-dessus, je pars du principe que c'est pas, on n'a pas vraiment, c'est pas qu'on n'a pas notre mot à dire mais... C'est pas vraiment euh... C'est pas nous qui...

F : Mmh.

H : ... Donc on participe mais voilà. Je, enfin moi personnellement, je pars du principe qu'on n'a pas... Si notre femme veut allaiter, bah tant mieux, elle allaite et voilà, on va essayer de faire ce qu'il faut pour l'aider mais voilà.

E : D'accord. Ouais, ok. Est-ce que y a eu d'autres choses, par exemple euh, les douleurs après l'accouchement qui ont pu impacter votre vie, votre vie de couple ou des saignements... Est-ce qu'il y a des choses qui ont pu...

F : Dans notre vie de couple...

E : ... Ou dans votre vie personnelle, est-ce qu'il y a d'autres choses ?

F : Ouais, on a eu, moi j'ai eu un peu de mal au début, à vouloir qu'on ait des rapports à nouveau, c'était un peu compliqué parce que j'avais peur d'avoir mal. Je pense que c'est une crainte qui est assez générale au début. Euh, voilà ! Après on a pris le temps. T'étais plutôt, là-dessus, t'étais plutôt ok qu'on prenne le temps, d'attendre que je sois prête.

H : Moi je préférais attendre oui !

F : Voilà, du coup on a pris le temps et ça s'est très bien passé et du coup et voilà. On a fait ça en douceur parce que j'avais vraiment peur d'avoir mal avec la cicatrice tout ça enfin, ça me faisait vraiment peur et au final, pas du tout, et après, une fois qu'c'est, que c'était... J'étais rassurée donc ça allait.

E : Mmh. Vous, est-ce que de votre côté y avait des craintes de faire mal...

H : Bah oui, oui, crainte de lui faire mal, euh crainte qu'on ait peut-être pas attendu assez euh. Est-ce que son corps c'était bien, c'était totalement remis ? Voilà !

E : D'accord, et donc vous avez pu aussi assez rapidement être rassurée que ...

H : Ouais. Bah de toute façon c'était, c'était à ma femme de me dire si, si elle se sentait prête ou pas, physiquement, moralement...

F : Mmh. Ouais c'était, je pense, après, moi je me suis dit que plus j'attendrais, plus ça serait compliqué. Alors euh, on a quand même attendu un peu ! Mais je pense, il avait quoi ? Un mois et demi, deux mois peut-être ?

H : Ouais, à peine ?

F : Ah, un mois et demi. Mais euh c'était le temps que ça ait bien cicatrisé, que moi je, j'ai retrouvé un peu, que je sois un peu moins fatiguée... Mais euh je m'étais dit que plus j'attendrais, plus, plus ça serait compliqué, donc j'ai préféré qu'on n'attende pas trop, enfin pas trop, voilà, mais ça s'est bien passé.

E : D'accord. Donc, la reprise, ça s'est plutôt fait donc à votre initiative ?

F : Oui.

E : Voilà, parce que vous attendiez qu'elle soit prête ?

F : Toi t'étais surpris, tu pensais pas que je te dirais aussi tôt que j'étais prête ?

H : Euh... Ouais, après c'était pas, euh comment dire, j'y pensais pas plus que ça, parce que...

F : ... Bah on était un peu accaparé par...

H : Voilà. Et puis y a un nouveau rythme à prendre aussi...

F : On est un peu fatigué !

H : Oui, c'est pas la première chose à laquelle on pense !

F+H : (*Rires*)

F : C'est que le soir, le lit, c'est un peu euh : « Envie de dormir ! ».

H : Oui.

F : On est vraiment fatigué en ce moment donc je pense qu'on n'est pas encore... On est, c'est pas, c'est pas comme avant, mais c'est pas, c'est pas négatif, enfin pour moi, je le vis pas de façon négative. C'est différent mais voilà, de toute manière, maintenant, on a un bébé et je pense que tout sera différent quoi qu'on fasse.

E : Quand vous dites que : « C'est pas comme avant », est-ce que vous pourriez préciser un petit peu ?

F : Bah on le fait beaucoup moins. On a beaucoup moins de rapports. Ça veut pas dire pour autant que... enfin on a des moments de tendresse, des câlins tout ça, on en a tous les jours mais voilà, après, avoir des rapports en tant que tels, c'est, c'est plus aussi fréquent qu'avant.

H : Oui, c'est plus aussi fréquent qu'avant.

F : Enfin, déjà en temps, déjà de base, on n'est pas un couple non plus...

H : Oui, non !

F : C'est sûr qu'on le fait pas tous les jours quoi, donc euh, mais c'est moins fréquent qu'avant mais c'est, moi je pense que, moi j'en souffre pas, je pense pas que tu en souffres non plus ?

H : Non.

F : Sinon tu m'en aurais parlé. On est, on s'y retrouve, donc à partir du moment, moi je me sens pas délaissée, toi ?

H : Non.

F : Non plus, donc voilà !

H : Non, on prend peut-être plus le temps de passer des moments euh, comme ça !

F : Ouais, à discuter, à se retrouver...

H : Ce qu'on faisait peut-être moins euh...

F : Ouais, parce que il faut dire que B, il a mis du temps à s'endormir, le soir et qu'on avait très peu de soirées pour nous, et du coup, on a eu une phase où on se, on se voyait mais toujours avec B, donc euh voilà.

H : Oui, y avait pas un seul moment.

F : Et en fait euh, maintenant, quand il s'endort à vingt heures le soir, donc on a la soirée pour manger et pour discuter et regarder un film ou, pas forcément mais, voilà, ça c'est le plus important, je pense, pour nous deux, d'avoir ces moments-là que d'avoir euh, le moment pour avoir des rapports. Moi j' préfère avoir du temps comme ça un peu où on discute, où on projette des choses...

E : Ok. Et donc retrouver, ces moments de couple, ça s'est fait donc au moment du, du coucher de B, où ça a été un peu plus rythmé, c'est ça ?

F : Ouais.

H : Bah en fait, quand ma femme a repris le boulot ! Elle a repris, y a quoi ? Y a trois semaines ?

F : Ouais, y a trois semaines.

H : Y a trois semaines.

E : Donc c'était aux...

F : Aux trois mois et demi à peu près.

E : D'accord.

F : Parce que B s'endormait beaucoup au sein et euh, il a fallu qu'on instaure une autre façon de s'endormir du fait de mes horaires décalés. Donc là, on a réussi petit à petit à mettre en place un endormissement tout seul, et depuis qu'on a ça, le soir enfin au lieu de passer une heure, toute seule, dans la chambre à l'endormir, hier j'ai mis quoi ? A peine un quart d'heure ? Donc euh voilà, on a du temps de qualité maintenant ensemble où y a pas B qui pleure. Et puis pour moi, c'est indispensable qu'on ait un temps pour nous deux dans le couple, comme c'est indispensable, pour ma part, d'avoir un temps pour moi et du temps avec mon fils, et du temps tous les trois. Voilà, c'est ce qu'il y a, c'est que maintenant le temps faut le partager : avant c'était notre couple et nous, bah maintenant y a nous, y a B en plus donc faut, faut gérer ça, mais faut retrouver ces temps qui sont indispensables. Enfin moi j'ai besoin de mes temps aussi pour moi.

E : Est-ce que vous avez...

F : J'en ai pas encore énormément, pas comme je voudrais, parce qu'avant, je faisais un peu de sport, enfin j'allais nager et j'ai encore un peu de mal à retrouver ce temps-là, mais euh, ça c'est plus parce que j'ai du mal à le lâcher quand je peux l'avoir avec moi mais je sais que ça va revenir petit à petit. Mais ouais, après, avoir du temps un peu où on déconnecte de la maison, c'est pas mal aussi.

E : Est-ce que vous, vous avez retrouvé ces moments-là ? A quelle période ? Ou comment est-ce que vous voyez les choses ?

H : Euh je m'en rends pas trop compte.

F : Bah t'as moins de temps pour toi aussi, parce qu'avant t'avais l'habitude d'aller voir tes copains en débauchant, tandis que là non, quand tu débauches, j'aime bien que tu rentres à la maison, comme j'ai passé la journée toute seule avec B.

H : Ouais.

F : Pour que tu me relaies un peu. Je dirais que tu les as moins aussi.

H : Ouais, après euh, pff je pense que j'ai moins besoin de moments, de moments tout seul que ma femme, je pense. Parce que, mine de rien, bah si, les moments tranquilles, tout seul, si je les ai, bah quand tu pars travailler et puis B est en train de dormir et puis voilà, je suis entre guillemets tranquille. Mon fils dort, ma femme travaille...

F : ... moi je regarde la télé ! (*Rires*) Non, mais c'est bien, moi j'aimerais bien des fois avoir ce temps-là pour moi !

H : Ouais, c'est le problème de travailler la nuit.

F : Ouais.

E : Ok. On a parlé un, je reviens juste sur le, euh, au niveau, on a parlé du, de la reprise des rapports etc, on n'a pas trop parlé au niveau du désir, quand est-ce que, comment ça s'est passé, est-ce qu'il y a eu des changements, l'un l'autre, au niveau du désir ?

F : Bah moi je dirais qu'il est toujours là mais c'est différent, encore une fois c'est, ça a changé. Alors pour l'expliquer pourquoi euh... En fait, nous on a déjà eu une fin de grossesse où on n'a pas eu de rapport parce que j'ai eu des contractions dès six mois de grossesse donc, je sais pas, je dirais qu'avant de reprendre, ça faisait, le fait de savoir que là, on allait pouvoir mais ça faisait qu'on patientait un peu parce que j'étais pas tout à fait prête, bah en fait ça montait un petit peu, ça faisait un petit peu monter le désir et c'était un peu comme la première fois mais en mieux, parce que du coup on se connaît du coup quand même donc euh voilà, mais c'était un peu comme une nouvelle première fois, moi je l'ai vécu comme ça, avec pareil, la crainte d'avoir mal ou des choses comme ça et du coup, et puis de savoir si le corps il allait réagir pareil qu'avant et voilà.

H : On se redécouvre.

F : Ouais, on se redécouvre mais différemment je pense que c'est, avec peut-être un peu plus de maturité. Je sais pas comment l'expliquer, c'est vraiment...

H : On se connaît sans vraiment...

F : On se connaît mais on se redécouvre, ouais c'est ça, on se redécouvre. Mais le temps d'arrêt qu'on a eu pendant la grossesse fait que bah, voilà, on avait envie mais on pouvait pas et puis après, on voulait pas trop au début parce qu'on était fatigué et tout ça et du coup on a attendu un bon moment je pense et que ça s'est refait petit à petit et du coup...

E : Euh, donc du coup pour vous le désir était la quasiment dès le début ? Ou dès la fin de grossesse et il a continué ?

F : Oui, ah oui, oui, oui.

E : Y a pas eu d'anéantissement du désir pendant...

F : Non, après, peut-être que y a eu une phase quand même où moi j'y pensais pas. J'étais pas du tout dans cette optique-là parce que j'étais voilà, une toute jeune maman et j'avais besoin de connaître mon fils plus que ça, mais ça, je savais que c'était pas loin, c'était sous-jacent euh voilà et après y a toujours eu de l'affection entre nous, quelle que soit la période euh, on a, enfin on s'est toujours, y a toujours eu des moments de tendresse et du coup ça c'était important.

H : Ouais.

F : Enfin pour moi, peut-être pas pour toi ?

H : Si, si si. C'était presque plus important.

F : Ouais, mais c'est de la tendresse au quotidien. Moi, tant qu'il y a cette tendresse au quotidien, c'est que le désir est là pour nous deux et que du coup, ça va ! Y aurait pas ça, je m'inquiéteraient, plus que le fait qu'on ait pas des rapports réguliers très souvent et voilà. Tu penses pas ?

H : Si mais euh oui oui, je suis d'accord.

F : Heureusement !

H : Oui, oui, oui.

E : Au niveau du désir, est-ce que vous, vous avez vécu cette période où vous étiez euh, sans rapport de la même manière ?

H : Moi je, si moi quand même, y a un moment où ça a été euh... Un peu dur, ça a été la fin de la grossesse. Je comprenais hein euh : ma femme souffrait, commençait à avoir des contractions, c'est vrai que ça faisait peur, arrivé à six mois, que t'as commencé à avoir des contractions euh, mais d'un autre côté, six mois, ça fait long dans un couple donc euh, euh donc voilà. Après ça a vraiment été ce moment-là : la fin de la grossesse. A partir du moment où B est né euh, j'y pensais absolument pas, mais euh ouais, c'est vrai que la fin de la grossesse, ça a été peut-être un peu...

E : Ouais, et après l'arrivée de B, c'était pas dans vos préoccupations au départ ?

H : Non, non : faut prendre un nouveau rythme, faut faut essayer de trouver des moments où on peut dormir.

F : Ouais c'est plus ça ! Et puis je pense qu'après, pour être réceptif à l'autre, il faut, enfin moi en tous cas, il faut que j'ai eu mon temps de sommeil sinon je suis pas du tout centrée, enfin j'arrive pas à me concentrer sur autre chose si je suis trop fatiguée donc euh au début il fallait qu'on dorme pour qu'on ait du temps de qualité ensemble. Je préférais pas beaucoup mais que le peu qu'on ait ça soit un temps agréable plutôt qu'on ait des

temps ensemble où on se dispute, où on n'est pas en accord. Après voilà, c'était un choix de notre part aussi de prendre le temps de se reposer. On sait bien que de toute manière on retrouvera des moments plus longs ensemble où on sera moins fatigués quand B va grandir et que ça ira mieux et voilà quoi, ça va revenir. On savait bien que notre vie de couple elle serait pas euh comme avant, que partir au dernier moment, se faire un restau et tout ça, bah maintenant c'est plus possible et c'est pas grave, on trouve d'autres choses à faire : là par exemple y a des, on arrive a, enfin on va s'accorder un peu du temps quand il est à la crèche et que moi je travaille pas.

H : *(Rires)* On fait le ménage ! *(Rires)*

F : *(Rires)* Arrête, on l'a fait une fois ! Non, mais sinon on a mis volontairement B à la crèche pour que les jours où je travaille pas, lui il est à la crèche et du coup nous on s'accorde une journée ensemble.

E : Pour qu'il y ait un temps tous les deux de défini ?

F : Ouais, on a hésité et puis on s'est dit que ça serait un peu notre temps où...

H : On ferait un peu de ménage ! *(Rires)*

F : *(Rires)* Bah on ferait un peu de ménage avant de... Bah faut un temps pour entretenir la maison aussi ! Mais c'est vrai que c'est important je pense, qu'on ait des petits temps quand même tous les deux.

H : Oui, il faut.

E : J'ai l'impression, alors vous allez m', pour reformuler un peu ce que vous avez dit avant, mais que pour vous, le désir est revenu un peu plus rapidement et que pour vous c'était pas trop euh dans vos préoccupations au départ ?

H : Il était là mais euh pff, un peu oublié, un peu, comment dire, euh pff, je sais pas comment l'expliquer, je ressentais moins de besoins, ouais : moins de besoin. Pas le temps, pas le temps d'y penser. Le fait est que, ouais, c'est vrai que j'y pensais beaucoup moins qu'avant.

E : Ouais. Est-ce que vous diriez que c'est un petit peu revenu en reprenant du coup plus la routine des rapports ou est-ce que...

H : Euh, je pense ouais.

F : On n'a pas encore une routine ! *(Rires)*

H : Non, c'est sûr ! *(Rires)* Mais, oui, si, c'est peut-être revenu, si c'est revenu depuis que c'est revenu, enfin depuis qu'on a repris.

F : Mais pour tous les deux et puis je pense que si y avait moins de fatigue, ça serait plus régulier mais voilà après, pas de pot : maintenant il dort bien mais j'enchaîne la grippe, les sinusites euh... Donc là j'ai qu'une

envie le soir : c'est d'aller me coucher et je travaille, faut que je me fasse à mon nouveau rythme avec un bébé, euh voilà, du coup là, la fatigue prend le dessus actuellement, après, pour le moment on en souffre pas ni l'un ni l'autre, donc tant qu'on en souffre pas, ça va. Après, je pense que si y en a un qui commençait à en souffrir un peu, là faudra s'inquiéter un peu. Mais bon, on a toujours pris le temps d'en discuter, mais si ça va pas, on tirera la sonnette d'alarme.

H : Oui.

E : Et au niveau du plaisir que vous pouvez avoir, est-ce qu'il y a eu des changements depuis ?

F : Euh, non, là, là-dessus non, parce que il me connaît bien.

H : Oui.

F : Peut-être... plus mais pas moins, mais parce qu'on prend plus le temps qu'avant.

H : Ouais, oui.

F : Du coup, comme on prend plus le temps et qu'en même temps on le fait moins, moins souvent, je pense que le désir entre les phases, il monte, il monte et voilà, on est, c'est pareil, c'est pas souvent mais c'est plus de qualité que souvent et pas forcément du plaisir. Je pense qu'on se concentre peut-être, vu qu'on le fait beaucoup moins souvent, on se concentre plus sur le plaisir de l'autre, maintenant, je dirais.

H : Ouais, c'est vrai, oui, oui, non mais t'as raison.

F : Mais on le fait moins souvent, vraiment moins souvent !

F+H : (*Rires*)

F : Il nous occupe, il nous plombe nos journées ! (*Rires*) Moi je dirais ça.

E : Ouais, donc au niveau de votre ressenti, à chaque fois c'est plus satisfaisant puisque y a plus de désir pour vous...

F : Ouais, moi je suis plus satisfaite maintenant, ouais que, enfin je l'étais avant, mais plus maintenant. Même si on dit qu'on se redécouvre, on se connaît bien quand même.

H : Oui.

F : Donc, comme on se connaît bien, voilà, on va plus insister sur ce qui fait plaisir à l'autre et, et du coup ça se passe, c'est plus, c'est plus de qualité entre guillemets. Ça fait bizarre de dire ça !

H : Oui, oui, parce qu'on prend peut-être plus le temps pendant le...

F : Ouais.

H : Pendant l'acte, on prend peut-être plus de temps.

F : Je pense qu'on, ouais, c'est possible. Je sais pas, j'ai jamais eu de montre pour regarder.

H : Non, mais...

E : Enfin, c'est votre ressenti que c'est moins souvent mais, avec plus de temps et ...

F : ... plus de qualité.

E : D'accord. Ouais. Vous avez à peu près, qu'est-ce que vous pensez de tout ça ?

H : Ouais, ouais, ouais, ouais, ouais. C'est vrai qu'on a parlé de ça y a pas si longtemps que ça en plus.

F : Ouais, ça nous arrive d'en parler ! Ouais, c'est la semaine dernière, on a dû en parler.

E : Vous aviez trouvé le temps pour discuter du coup !

F+H : (*Rires*)

F : Ouais, bah c'est important, moi ça me manquait. Et puis c'est ce que je disais...

H : Ouais, c'est important, ça, ça a toujours été très important dans notre couple...

F : ... de se parler, de discuter, voilà, dès qu'il y a quelque chose qui va pas, au lieu de se renfermer tout ça...

C'est pour ça, au début, les premiers mois, les deux premiers mois ont été un peu plus difficile euh pff, y a un moment donné, on a senti que ça montait un peu. On n'était pas bien ni l'un ni l'autre...

H : Ouais, le premier mois on se disait plus les choses.

F : ...et puis on n'était pas satisfaits de, de comment on était, du coup on... enfin c'est un weekend où on est parti tous les trois et on a pu en discuter et ça nous a permis de comprendre ce que l'autre il vivait et d'avoir le point de vue de l'autre, pour après, du coup, améliorer un petit peu, faire attention un peu plus à l'autre, au final.

E : Cette période où ça a été un peu plus compliqué parce qu'il y avait pas assez de communication pour vous, vous la situeriez...

H : Le premier mois.

F : Le premier mois, même les deux premiers mois.

H : Très dur le premier mois.

F : Très dur le premier mois.

H : En tout, deux mois mais vraiment, la période difficile, c'était le premier mois.

E : Ouais donc c'est au bout des deux mois que vous avez pu...

F : Ouais, B, il a commencé aussi à trouver un rythme, du coup nous, on a retrouvé un petit rythme à côté, et la depuis trois mois, depuis qu'il a trois mois et demi c'est... c'est plus simple, quoi depuis qu'on a retrouvé nos soirées en fait. Parce qu'on sait qu'on a ce temps-là, et ce temps-là il est, il est important.

H : Depuis que tu retravailles ! (*Rires*)

F : Depuis que je retravaille.

E : Oui, donc y a eu un peu le cap du premier mois, le cap du deuxième mois, et puis après ...

F : La reprise du travail.

E : ... de trois mois et demi, c'est ça ?

F+H : Ouais.

E : Et là-dessus, vous êtes à peu près, vous avez le même ressenti de ces périodes-là l'un ou l'autre ?

F+H : Ah oui, oui.

E : Y a pas eu de décalage ?

F : Oui, parce qu'en plus, on en parlait, on se disait : « Ah, là c'est dur. », « Ah, là c'est un peu mieux. » et puis là, depuis que j'ai repris le boulot on se dit : « Ah, c'est quand même vraiment plus simple d'avoir nos soirées ! », enfin vraiment, là du coup on est plus détendu l'un comme l'autre, de remanger tous les deux sans que moi j'allaite B parce que B pleure... Bref, ça c'était vraiment difficile, c'était, on avait pas un repas sans, enfin moi j'avais pas un seul repas sans avoir B au sein et il a beaucoup demandé. Il a fait ses nuits, par contre, il a fait ses nuits très tôt mais voilà, on avait plus ce temps où on pouvait se parler vraiment tous les deux et, et voilà, d'avoir retrouvé ce temps-là, c'était important.

H : Ouais. T'es rentrée, enfin vous êtes rentrés de la maternité, dès la première nuit : boum, il a fait ses nuits, après y a eu l'adaptation à la crèche qu'a commencé...

F : C'est un peu difficile cette période-là.

H : Là, ça a tout chamboulé !

F : Ouais.

H : Et puis là, depuis euh, trois semaines t'as repris le boulot, ça y est, ça rentre dans l'ordre et il fait enfin des siestes la journée, c'est encore mieux.

E : Au niveau de, vous dormez ou il dort dans sa chambre ou avec vous ? Comment ça se passe ?

F : Il dort dans sa chambre. Il a dormi dans notre chambre les deux premiers mois, dans sa nacelle. Bon, il a fini parfois dans notre lit, et euh, mais euh depuis ses deux mois, il dort dans sa chambre, ça se passe très bien.

H : Oui !

E : Est-ce que le fait qu'il soit dans sa chambre, ou pas dans sa chambre...

F : Bah ça aide à retrouver un peu d'intimité, oui aussi.

H : Oui, ah bah oui.

F : Ça c'est sûr, ça, ça nous aide. Mais même, sans avoir des rapports, mais juste des câlins, voilà, ça aide.

H : Ouais, les rapports, on a repris quand, quand il a été dans sa chambre.

F : Ouais ça a dû, ouais, c'était à peu près, c'est ça. Non, et puis ça fait du bien de retrouver notre chambre, notre espace de couple et lui il a sa chambre, c'est son espace avec ses jeux, euh tout ça.

E : Donc ça vous a aidé un peu, de séparer physiquement les espaces ?

H : Ouais. Je pense que ça a fait du bien. Oui, ça a aidé à...

F : Ouais.

E : Le fait de le mettre dans sa chambre, c'était euh, c'est venu à l'initiative de qui ?

F+H : (*Rires*)

H : Moi ! Bizarre, j'ai l'impression que c'était attendu !

E : Ah je n'ai pas d'*a priori* ! (*Rires*)

F : Moi je pense que, moi, il serait encore avec nous si... Non, peut-être pas mais... J'avais du mal en fait, de le laisser, mais par peur de la mort subite et voilà. Mais en fait, après coup, c'est bien, enfin, quand on aura un deuxième, il viendra sans doute dans notre chambre le premier mois parce que quand on allaite c'est plus simple et voilà, mais non, c'est bien qu'on ait notre... Et je pense que c'était le rôle de H de couper un peu comme ça et dire : « Bon, là faut qu'on le mette dans sa chambre. ». Après, tu l'as pas, t'as commencé à en parler à un mois...

H : J'ai pas dit : « Bon allez, stop, on arrête ! »

F : ... on en a parlé et puis voilà, moi c'est un soir ou je me suis dit : « Bon là je suis prête, on y va, on le fait. ». On était tranquille, c'était un weekend et on l'a fait, ça s'est très bien passé et voilà. Et depuis ça se passe très bien.

H : Bon, tu t'es réveillée trois fois par heure !

F : Oui, au début j'ai pas très bien dormi !

E : Oui, donc vous étiez...

F : Bah ça a eu le temps de cheminer en fait, le temps que... Et puis maintenant il fait tellement de bruit pour dormir la nuit que c'est bien qu'il dorme dans sa chambre, comme ça on dort mieux, euh tout le monde dort mieux au final.

H : Oui.

F : On est moins à l'affut du moindre bruit.

E : Et vous, vous étiez aussi contente que ça soit, que ça soit H qui prenne cette décision, en laissant le temps que vous soyez prête, mais que ça soit euh votre mari qui ait pris...

F : Ah oui.

E : ... C'était sa place ?

F : Après, moi on m'avait expliqué que le père, c'était lui qui devait un petit peu casser cette fusion mère-enfant et donc pour moi c'était à H de, de faire ça parce que c'était son rôle de père, alors peut-être que j'en attendais trop mais voilà, pour moi c'était son rôle de faire ces petites choses-là où... Après voilà, maintenant j'ai l'allaitement encore et ça je suis pas encore prête à l'arrêter mais parce que justement, c'est les moments que j'ai avec B, où je le, voilà, c'est mes moments avec lui et c'est important. Mais le mettre dans sa chambre, c'était à toi de le faire, enfin moi je, sinon il serait encore avec nous. (*Rires*) Il dormirait avec nous, non mais ça serait vraiment n'importe quoi ! C'était très bien qu'H il fasse...

E : D'accord. Par rapport au rôle justement, où à la place que vous vous étiez imaginé, l'un l'autre, est-ce qu'il y a eu, des changements ou, quelle place vous aviez imaginée ?

F : Par rapport à, la place que moi j'ai imaginée pour lui ou pour moi ?

E : Les deux ! Et dans les deux sens, est-ce qu'il y a eu des choses que vous vous étiez imaginés chacun ?

H : Euh, moi je m'attendais à plus tout de suite. Je m'attendais à un vrai lien plus fort avec B, plus fort, plus vite.

E : Entre vous et B, c'est ça ?

H : Ouais.

F : Moi aussi, pour lui et B.

E : D'accord ?

F : Mais après coup, je pense que c'est parce que, j'ai pris beaucoup de place, enfin non, c'est pas que j'ai pris beaucoup de place, j'ai pas laissé beaucoup de place.

H : Ouais (*Dubitatif*), oui, non mais oui, tu m'as pas laissé beaucoup mais maintenant enfin pfff, déjà c'est un premier donc on sait pas, on apprend, on apprend notre rôle euh, et euh... Moi tu m'avais bien dit que tu voulais allaiter, tu me l'as pas imposé, t'as voulu savoir mon avis, moi j'étais pour, y avait pas de souci. Euh, maintenant c'est vrai que je m'attendais pas à ce que l'allaitement fasse un lien aussi fort entre, entre la mère et le bébé ; je le regrette pas du tout hein ? C'est pas, y a aucun problème, mais c'est vrai que du coup, bah quand on sait pas, on sait pas à quoi s'attendre, on sait pas que ça va être aussi fort le lien et, maintenant, ça

s'est très bien passé, y a pas de problème, c'est juste que bah ça peut-être été un petit peu plus long qu'un enfant qui est nourri au biberon je pense.

F : Après, toi t'as fait beaucoup de bains du coup, pour avoir ton moment avec lui. Moi j'avais délégué le bain, comme ça c'était vraiment leur moment à tous les deux, parce que moi, ce qui m'a peut-être un peu peinée, c'est qu'H, il se sente pas, pas à l'aise entre guillemets dans sa relation avec B. Je, j'avais l'image de la famille parfaite entre guillemets dans le sens ou le père, bah il s'entend hyper bien avec, enfin il a un lien fort et que la mère a un lien fort, et vu que le lien il a mis un peu de temps à se mettre en place, enfin il s'est mis en place mais plus, plus lentement, et du coup au début, ça me peinait un peu donc c'est vrai que je t'ai délégué le bain, et maintenant, vu que tu donnes un peu des biberons quand je travaille, bah je récupère quelques bains, on retroque, on troque nos moments, chacun son tour !

E : Est-ce que vous diriez que le lien s'est plus installé depuis la reprise du travail ?

H : Non, non non, avant quand même. Il a commencé l'adaptation à la crèche à quel âge ?

F : Euh deux mois et demi.

H : Bah un petit peu avant il s'est mis en place. Je saurais pas trop dire quand exactement... En fait, si, quand on a commencé à le mettre dans sa chambre, quand y a eu cette séparation-là, le lien a commencé à se mettre.

E : Donc c'est au moment un peu de la... séparation fusionnelle que vous avez pu plus trouver votre place comme papa, c'est ça peut-être ?

H : Oui.

F : Ouais.

H : Parce que la première personne qu'il voyait c'était pas sa mère, enfin il, je pense qu'il a dû se rendre compte petit à petit que y'en avait un autre qui était là aussi et voilà. Euh, y a peut-être eu le moment où on a commencé gentiment à essayer le biberon.

F : Moi je trouve que le moment le plus fort, de l'extérieur c'est le moment où quand même, le premier weekend où j'ai repris le travail où c'est toi qui l'as gardé du coup.

H : Ouais ?

F : Et bah moi je trouve que depuis ce moment-là, c'est encore plus, tu vois ?

H : Ah oui peut-être oui, mais...

E : ça a été par étapes mais...

F : Oui mais je trouve que ça a vraiment été par étapes mais quand même vraiment été fort, moi j'ai trouvé, à la reprise du boulot parce que du coup, bah c'est H qui l'amène à la crèche... enfin voilà, t'es...

H : C'est vrai que ça a pas été, pas facile pour toi, je dis pas ça, mais...

F : Non mais je pense, qu'au final, ça a facilité un peu, mais même moi, après coup, parce que du coup, parce que B, maintenant, il va facilement dans tes bras même si je suis là, et moi ça me libère un peu.

H : Oui.

F : Non, la reprise du boulot a été bénéfique pour tout le monde, même si moi j'aurais aimé rester plus longtemps avec B, mais au final, ça a été bénéfique pour tout le monde, parce que lui, il s'est mis à faire des siestes la journée, il est, c'est plus facile avec H, du coup ouais, je pense que la reprise du boulot au final, c'était pas mal.

E : Ouais, c'était pas forcément facile pour vous mais c'était...

F : C'était pas facile mais maintenant qu'on a, ça fait trois semaines et en trois semaines déjà on a fait une petite routine qui fait que bah voilà, c'est, c'est facile au final, je trouve, on a chacun notre, un peu un rôle. Et puis moi j'ai retrouvé un peu une vie sociale, enfin je l'avais pas perdue parce que je voyais du monde, mais une vie sociale sans B quoi, où je peux avoir une conversation avec des adultes sans avoir, différemment quoi.

E : Vous existez sans lui aussi ?

F : Voilà, c'est ça.

E : Et au niveau des attentes, au niveau du couple plutôt, par rapport, de vous par rapport à F, est-ce que vous vous attendiez à ce qu'elle soit comme ça en tant que mère ou est-ce qu'il y a eu des divergences entre ce que vous aviez pu imaginer et ce qui s'est passé ?

H : Mmh, non, j'avais pas, je, j'avais pas vraiment d'attentes, je savais pas...

E : Vous aviez pas imaginé des choses ?

H : Non, pas vraiment.

E : Ouais.

H : J'avais pas peur, mais, mais je me disais : « Comment ça va se passer ? », « Comment, est-ce qu'on va s'en sortir ? », « Est-ce qu'on va y arriver ? », « Est-ce que, est-ce que... ». Bon, assez vite, je me suis rendu compte que : « Bah oui, on va bien réussir, nos parents ont réussi, pourquoi pas nous ? ». Non, j'avais pas d'attente particulière.

E : Ouais. Et par rapport à vous-même du coup, en tant que papa, est-ce que vous aviez des craintes ou des questionnements, ou des choses que vous aviez imaginées ?

H : Bah assez vite, c'est ce qu'on disait tout à l'heure, assez vite je me suis dit : « Est-ce que je vais réussir à trouver ma place ? » euh... Et y a un mois de ça, ma femme est sortie en ville, elle s'est fait une première soirée avec ses copines pour tester avant la reprise du boulot ! Et là je me suis dit : « Mais comment je vais faire ?! Comment je vais faire quand elle va reprendre le boulot ?! ».

F+H : (*Rires*)

H : Parce que t'es partie à dix-neuf heures trente ? A dix-neuf heures trente et une, il s'est mis à hurler, à vingt-heure trente, il a pris son biberon, nickel euh, dix minutes après c'était reparti. Je me suis commandé une pizza pas loin. Elles m'ont dit : « C'est pour une livraison ? », « Non, non, je viens la chercher. », donc je l'ai amené en poussette et sorti de l'immeuble, plus un bruit :il dormait, je suis revenu ici : il dormait, le temps de manger : il dormait, il s'est passé une petite heure comme ça et à vingt-deux heure trente euh je sais plus, vingt et une trente, il s'est mis à hurler et puis euh, je sais pas, une demie heure après, F m'a envoyé un message : « Tout se passe bien ? », « Euh, tout se passe bien à part qu'il pleure ! », et je me suis dit qu'elle allait venir, que ça allait la paniquer tout ça et non non, t'as réussi à...

F : Ouais, moi j'étais bien dans ma soirée !

H : T'as réussi à profiter.

F : (*Rires*) C'était ma première soirée depuis un moment et j'étais contente !

H : Ouais t'es revenue à ...

F : Onze heure et demie, ouais presque minuit.

H : Presque minuit, bah il hurlait toujours et puis...

F : Mais là, à cette période, je l'endormais encore au sein donc c'était un peu compliqué. Du coup, on a aussi remédié à ça pour euh que les soirées où je pars au boulot soient un peu plus sereines pour H. Et comme maintenant il s'endort avant que je parte, ça va.

E : Bon, cette première soirée, vous l'avez vécue comment, le fait de partir de la maison, de laisser votre fils... Ça s'est bien passé ou est-ce que vous aviez...

F : J'y ai pensé mais en plus j'étais avec une copine qui a accouché aussi donc en début de repas je lui dis : « Je suis désolée ! », j'ai sorti mon portable sur la table, elle m'a dit : « Oh, je vais faire pareil ! », du coup elle me comprenait, donc on en a parlé, et puis très vite on a parlé d'autre chose, on a parlé de nos bébés mais de comment ça se passe... Et en fait c'est à ce moment-là où je me suis rendu compte qu'au final j'avais, c'est pas que j'en doutais avant, mais là vraiment je me suis dit : « Bon, de toutes façons, H, il y arrivera, il s'en sortira, voilà et puis si vraiment y a un truc cata, il m'appellera, moi voilà, ça va aller et voilà. », et puis après j'ai

profité de ma soirée. Je crois que j'en avais besoin donc j'ai profité. Après, j'ai hâte entre guillemets qu'on arrive à retrouver une soirée comme ça tous les deux, mais bon, pas tout de suite encore. Je suis pas encore prête à le laisser à quelqu'un une soirée, quoi quelqu'un, pas H, donc on verra plus tard, on se fait nos soirées à la maison pour le moment.

H : Ouais.

F : C'est pas mal aussi.

E : D'accord. Est-ce que dans l'entourage y a des personnes un peu qui...

F : Qui pourraient le garder ?

E : Ouais.

F : Ah oui, si on a besoin, y en a quinze qui nous sonnent à la porte !

F+H : Ah bah ça y a pas de souci !

F : Y a des personnes qui voudraient et qui je pense rêveraient de pouvoir le garder, mais là c'est moi qui suis pas prête. J'ai pas encore envie : il est petit, je l'allaites encore, j'ai pas trop envie de le laisser à quelqu'un d'autre. Déjà la crèche, c'est pas mal.

E : Ok. Et au niveau de l'entourage justement, est-ce que vous avez pu parler quand vous disiez : « La communication, tout ça au sein de votre couple etc, est-ce que vous avez eu besoin de parler à votre entourage, l'un l'autre des périodes de difficultés que vous avez pu avoir ?

H+F : Moi non ! (*Rires*)

F : Non parce que moi ce qui concerne mon couple, c'est entre nous deux et voilà tant que c'est pas un problème dramatique, voilà, j'ai pas besoin d'en parler à quelqu'un d'autre qu'H, tant qu'on arrive à résoudre ça tous les deux, c'est l'essentiel.

E : Ouais. Vous avez pas eu le besoin d'échanger sur du vécu avec d'autres amis ou famille, pour vous rassurer ou...

F : Bah j'ai peut-être parlé un tout petit peu avec ma copine qui a accouché aussi, pour savoir si voilà, des fois si y avait un peu des soucis de communication, quoi pas de communication mais des soucis ou voilà, des problèmes de bah ce qu'on expliquait, de trouver sa place et tout ça et visiblement oui, aussi, donc ça m'a un peu rassurée mais après, voilà, je me suis dit, tant qu'on était bien et qu'on arrivait à parler c'est que ça allait.

E : Est-ce que vous de votre côté ? Non, pas eu le besoin d'échanger ?

H : Non, non parce que de base je suis pas quelqu'un qui parle beaucoup ! (*Rires*) J'ai appris à parler depuis que je suis avec F ! Et puis j'aime pas exposer mes problèmes, donc on a pris l'habitude, on en parle dès qu'il y

a quelque chose qui va pas, on en parle ensemble mais ce qui concerne notre couple et notre enfant, ça reste entre nous. Je pars du principe que ça regarde pas les gens et surtout pas la famille.

F : Ah ouais non, pas la famille.

H : Les amis peut-être mais euh la famille non.

E : D'accord. Est-ce qu'au niveau des professionnels de santé que vous avez pu voir, c'est des questions qui ont pu être abordées ?

F : Non, la seule question qu'on a abordée, c'est la sexualité avec la sage-femme. La reprise de la sexualité.

E : Vous l'avez abordée à quel moment ?

F : Euh, un peu quand elle est venue le lendemain de notre retour à la maison. En fait, la conversation, elle s'est faite parce que j'ai pas repris de contraception pour le moment, parce que comme je l'allait, j'avais pas trop envie de prendre la pilule, un stérilet ça me, j'ai pas envie. Donc on a parlé de ça et quand on en a parlé elle disait que souvent ça mettait un petit peu de temps dans les couples, parce que je lui disais : « Là, je vous en parle mais je suis pas prête » et elle disait : « Mais c'est normal. ». Juste, elle m'a rassurée sur le fait que si j'avais pas envie dans l'immédiat c'était pas grave, si on mettait que deux mois, si on mettait deux mois avant d'avoir à nouveau des rapports, elle m'a dit que c'était pas grave et pas inquiétant et qu'il fallait qu'on prenne notre temps et elle t'a dit en rigolant que fallait que tu sois patient ! Mais sinon, on en a pas parlé, on n'a pas eu besoin d'en parler.

E : Donc du coup c'est venu assez naturellement quand vous avez parlé de contraception ?

F : Ouais, c'est comme ça que ça a été abordé. Sinon, je pense que j'en aurais pas parlé outre mesure, comme j'étais pas inquiète. Je savais bien que ça prendrait un peu de temps, que ça se ferait pas dans les deux semaines qui suivent, enfin voilà, mais que on y arriverait et que on prendrait notre temps.

E : Donc vous aviez pas trop de demande, l'un ou l'autre sur, à ce que le professionnel de santé aborde la question ?

F+H : Non.

F : Après, la seule question qu'il y avait ça aurait pu être par rapport à la césarienne, est-ce qu'il y avait un temps où il fallait attendre, comme la reprise du sport, tout ça, est-ce qu'il y avait un temps à attendre. Mais après, en dehors de ça euh, sur notre couple en lui-même, non, on aurait pris notre temps, on a pris notre temps et ça s'est fait naturellement.

E : Et le fait qu'elle aborde le sujet, est-ce que vous étiez satisfaits de ça ou est-ce que ça a pu vous gêner ou ?

H : Non.

F : Bah moi ça a répondu. Non, parce qu'elle l'a abordé euh pas, bah elle a pas fait un truc hyper, hyper solennel !

H : Et puis elle est pas non plus arrivée : « Bon, alors ?! », ouais, non, elle a fait les choses gentiment.

F : Ouais, elle y est allée en douceur, en rigolant, gentiment et puis c'était juste pour nous rassurer. Du coup, c'était bien qu'elle nous rassure je pense qu'on s'est, peut-être, je sais pas mais peut-être qu'on s'est délesté d'un poids qu'aurait pu être un peu pesant, on se serait dit : « Ah faut le faire, faut le faire... », voilà, là on s'est dit : « On prend notre temps, c'est pas un problème. » et puis voilà, moi je savais qu'avec la césarienne, j'allais attendre un petit peu automatiquement, donc c'était plus rassurant et pas mal mais j'aurais pas consulté exprès je pense, j'aurais pas osé poser la question exprès.

H : Oui, c'est venu d'elle ?

F : Oui, c'est venu d'elle.

E : Donc ça a plutôt eu un effet rassurant et dédramatisant ?

F+H : Ouais.

F : Ouais, dédramatisant, ça reste le bon mot.

H : C'est vrai que moi j'aurais pas, il aurait fallu le faire, à un moment ou à un autre il aurait fallu le faire de toute façon euh d'en parler et c'est vrai que de prendre rendez-vous avec elle, d'aller la voir juste pour ça, bon

F : Ouais parce qu'on est assez pudique et... Ouais, faire une consultation, que sur ça, je sais pas si on...

H : Pour demander si on peut ou on peut pas, bon...

E : (*Silence*) D'accord. Et au sujet plus du relationnel, de la place de chacun, du vécu du couple, est-ce que c'est des choses qui ont pu être abordées ou pas avec des professionnels que ça soit lors du suivi de B ou...

F : ça a pas été abordé. Après, nous ça s'est plutôt bien passé ? enfin je pense qu'on a eu un peu le « mini baby clash » là, la période de tension qu'on appelle après un bébé, où tout le monde cherche sa place, je pense que ça, tout le monde l'a, voilà. Mais après, ça s'est bien passé donc euh.

H : (*Interrogateur*)

F : Bah tu sais, quand euh, le premier mois, le premier mois c'est un peu cette période où tout le monde se met en place : « T'es pas à l'aise, je suis pas à l'aise... »

H : Ah oui ! (*Rires*)

F : Oui, voilà et hormis ça, on a parlé donc nous on l'a pas abordé avec qui que ça soit, non.

H : Non.

F : Le relationnel, on l'a pas abordé.

E : Ouais, c'était pas un besoin pour l'un ou l'autre ?

F : Non vu qu'on arrive à en parler entre nous. Après, peut-être que si ça avait bloqué, si on n'avait pas réussi à en parler, peut-être que on aurait, on se serait tourné vers un professionnel si c'était encore comme ça à l'heure d'aujourd'hui.

H : Oui.

F : Mais comme ça s'est vite résolu et qu'on a vite parlé et qu'on a vite, on a réussi à trouver une place et à être mieux, je pense qu'on n'a pas eu besoin.

E : D'accord. Alors on aborde la dernière partie de l'entretien. Est-ce que y a des choses importantes qui vous viennent à l'esprit qu'on a oublié de... de parler de certaines choses ?

F : Non.

E : Est-ce qu'il y a des choses où vous vous dites : « Ah, on n'a pas parlé de ça ! », « On aurait pu... » ?

H : Non.

F : Non je pense pas, on a fait le tour : le désir, le plaisir, vie de couple, non. Non, je pense qu'on a tout vu !

E : Ouais. Est-ce qu'il y a des idées, ou des ressentis, des choses importantes pour vous qui ressortent de l'entretien qu'on a pu avoir là ?

F : Non, enfin pas particulièrement. Je sais pas.

E : Qu'est-ce que vous retenez le plus de tout ça ?

F : Bah moi ce que je retiens, c'est qu'il faut être patient et qu'on finit par trouver notre place, on finit par trouver des moments pour avoir une vie de couple à nouveau et qu'avoir un enfant ne veut pas dire qu'il y a plus de plaisir et de désir mais que c'est différent. Moi je dirais ça.

(Silence)

E : et le côté différent, vous...

F : Positif, c'est positif ! C'est : plus à l'écoute, je pense qu'on est plus à l'écoute de l'autre parce que comme on a moins de temps, le peu de temps qu'on a, on va être vraiment plus à l'écoute. Et puis bah sur le plaisir, c'est ce qu'on expliquait : c'est différent, le désir il est différent aussi mais différent parce que on a plus le temps qu'on avait avant et que je pense qu'on aménage notre temps en fonction de, pour en faire quelque chose de qualité plutôt que... Voilà, moi je le vois comme ça.

E : Ouais. De votre côté, est-ce que y a des choses marquantes ou importantes, des idées qui restent ?

H : Moi, ce qui m'a marqué, c'est dès le début, ce qui m'a marqué c'est, c'est à quel point ça peut toujours être, comment dire, émouvant de reparler du, de la période de l'accouchement.

F+H : Ouais.

H : C'est toujours aussi... Parce que je l'ai senti aussi auprès de toi, quand tu parlais que, ça te faisait quelque chose d'en parler.

F : Ouais, bah parce que c'est la première fois où on devient parent tous les deux et que c'est, ça métamorphose notre vie !

H : Ouais, c'est un gros changement.

F : On est plus deux mais maintenant on est trois et le numéro trois il prend de la place, beaucoup de place !

(Rires)

H : Beaucoup de temps aussi.

E : Est-ce que vous avez un vécu, une souffrance ou un ressenti que vous ne soupçonniez pas ou dont vous aviez pas pris euh l'importance l'un l'autre, envers vous-même ou envers l'autre ?

(Silence)

F : Non, moi je dirais que ça a confirmé ce que j'pensais, euh sur le fait qu'au début il a été fortement agacé, il s'est senti un peu envahi et tout ça. Je m'en doutais, mais ça a confirmé, enfin et puis on en avait parlé.

H : Confirmé ?

F : Non mais confirmé, vraiment enfin, on sent que c'est vraiment quelque chose que t'as pas très bien vécu quoi.

H : Ah oui, bah oui.

F : Mais après c'est pas une surprise.

E : Ouais, ça a confirmé certains ressentis ou explicité certaines choses ?

F : Ouais un peu aussi ouais.

E : Ok. Et sur vous même du coup, est-ce qu'il y a des choses ou vous vous étiez pas rendu-compte ?

F : Ah non, non, non. Je savais que mon corps, c'était compliqué, après que... Non, non y a pas particulièrement de changement.

E : Ouais. Et vous, de votre côté ?

H : Euh pff... Ouais, les deux choses qui ont été difficiles c'est d'être impuissant au moment de l'accouchement et de trouver ma place. *(Raclement de gorge)* Je dirais que ça a été deux choses, peut-être les plus difficiles, même la plus difficile même au final, c'est même pas d'avoir eu l'impression d'être envahi ou quoi que ça soit, c'est vraiment d'avoir été impuissant, ouais, pour moi c'est ce qui y a eu de vraiment de pire.

E : D'accord. Et au niveau de ce que F a pu dire ou vivre, est-ce qu'il y a des choses que vous vous imaginiez pas comme ça, que vous aviez pas...

F : N'ai pas peur ! (*Rires*)

H : Euh, je pensais pas que tu t'étais rendu-compte que tu t'étais autant rendu-compte de, comment dire...

F : Que t'avais du mal à trouver ta place ?

H : Euh, oui, enfin non, pas que je, je... Que t'étais très, très fermée !

F : Ah bah si, je le sais !

H : Je pensais pas que tu t'en étais autant rendu-compte.

E : D'accord, ouais. Ça vous conforte en tous cas de le...

H : Oui !

E : ... dans cette idée-là de...

H : Je savais qu'elle s'en était rendu-compte, je pensais pas qu'elle s'en était autant rendu-compte.

E : D'accord. Ok. Est-ce que vous auriez trouvé ça plus bénéfique de faire un entretien euh tout seul, de faire un entretien pas de couple mais euh chacun de votre côté ? Qu'est-ce que vous auriez...

H : Non.

F : Je trouve que c'est, enfin nous, vu qu'on arrive à dire les choses, enfin après on parle chacun pour soi, mais comme on arrive à bien parler, euh je pense qu'on se serait pas caché, on s'est pas caché aujourd'hui, si on avait eu d'autres choses à dire, on les aurait dites et du coup, je trouve que de faire un entretien sur la vie de couple, c'est bien de le faire à deux parce que, en plus bah ça permet, justement, d'écouter des choses que l'autre, voilà, de prendre conscience de certaines choses, ou pas forcément, non mais je trouve que c'était bien de le faire ensemble.

H : Ah oui, oui, c'est mieux. Je...

F : T'aurais pas parlé toi, tout seul ?! (*Rires*)

H : Pas beaucoup peut-être, effectivement ! (*Rires*)

E : Ça aurait duré moins longtemps !

F : Il aurait dit : « Oui. », « Non. », « Non. », « Oui. »

H : Ah j'ai un peu plus de vocabulaire, quand même !

E : Oui, du coup, vous, vous étiez peut-être plus à l'aise à être deux plutôt ?

H : Oui et puis des choses auxquelles, peut-être, pas peut-être, c'est sûr, y a des moments moi que j'avais complètement, complètement zappés.

E : Donc plus riche, peut-être ?

H : Ouais.

F : T'aurais pas parlé du désir et du plaisir non plus je pense, peut-être pas autant.

H : Peut-être pas autant, effectivement.

E : D'accord, ouais, ok. Euh, si un professionnel de santé vous avait proposé une consultation euh de couple pendant cette période, ça peut-être un peu plus tôt ou un peu plus tard, que ça soit sage-femme, ou médecin traitant... euh, est-ce que ça aurait pu, est-ce que vous auriez trouvé ça bien ou pas ? Qu'est-ce que vous en auriez pensé ?

F : Moi je pense que ça peut-être bien, mais si ça perdure. Là, nous, sur le peu de temps où ça a duré, la période où ça a été un petit peu plus compliqué, on a vite résolu, on a vite parlé, après, je pense que si ça avait été dans la longueur, si ça avait trainé un peu, je pense que moi j'en aurais parlé avec la sage-femme, parce que c'est une personne en qui j'ai confiance et qui m'a bien soutenue pour le suivi et tout ça. Je pense que j'aurais pu en parler avec la sage-femme si ça avait perduré. Après là, comme ça s'est vite...

E : Donc pour vous, si y avait eu besoin, c'est plutôt dans la période de crise entre guillemets, mais dans la période un peu plus, du départ, ou chacun doit trouver une place...

F : Ouais, bah si on était encore en train de chercher nos places là, je pense que je commencerais à m'inquiéter un peu et que là je, peut-être que j'essaierais d'en parler parce que, pour arranger les choses, pour que ça aille mieux et pour qu'on soit plus à l'aise, mais comme on en a vite parlé et qu'on a trouvé, j'ai pas éprouvé le besoin sur le peu de temps où ça a duré.

E : Est-ce que vous, de votre côté, vous auriez aimé ou pas qu'on vous propose une consultation de couple, pas forcément pour évoquer que la sexualité, mais sur la vie de couple en général ?

H : Euh pff, euh moi concrètement tout seul, j'aurais dit non, euh connaissant ma femme euh bon, ça aurait été oui !

E : Vous l'auriez fait plus pour F que pour vous, c'est ça ?

H : Ouais, ouais.

E : Ouais. Ok. Très bien.

(Remerciement des participants)

HAUTREUX Elsa et MORGAND Stéphanie

Vécu intime des couples à l'arrivée du premier enfant : Une étude qualitative à partir de dix entretiens de couple

RÉSUMÉ

Introduction : L'année suivant l'arrivée du premier enfant est une période de fragilité pour le couple et pour sa sexualité. La plupart des études sur le sujet s'intéressent soit à la mère, soit au père. L'objectif de cette étude était d'explorer le vécu intime des couples pendant cette période et de recueillir leurs attentes envers le médecin généraliste.

Méthodes : Une étude qualitative par entretiens semi-dirigés de dix couples a été réalisée entre quatre et douze mois après la naissance du premier enfant. Le recrutement s'est fait par l'intermédiaire de médecins.

Résultats : L'arrivée du premier enfant entraînait de profonds changements dans l'intimité du couple. Nous avons mis en évidence plusieurs phases : une absence de désir, un retour du désir plus précoce pour l'homme que pour la femme avec une adaptation de chacun, une phase de tâtonnements et d'adaptation puis le retour à un nouvel équilibre entre le parental, le conjugal et le temps pour soi. Les couples mettaient en avant l'importance d'un soutien mutuel et d'une communication de qualité entre eux. Chaque histoire était cependant singulière et cette période de transition pouvait être source de souffrance et mettre en difficulté les couples. Ils attendaient du professionnel de santé qu'il soit disponible et rassurant et propose si besoin une consultation dédiée en couple. D'autant que notre étude mettait en évidence les bénéfices inattendus d'une narrativité conjugale.

Conclusion : L'année suivant la naissance du premier enfant est une période de bouleversements vécue de façon positive par les couples. Le professionnel de santé peut être une personne ressource s'il se montre bienveillant et attentif à certains facteurs comme la communication dans le couple, la présence d'un réseau soutenant ou des situations à risques pour l'équilibre conjugal.

Mots-clés : désir, sexualité, couple, post-partum, conjugalité, parentalité, narrativité, recherche qualitative

Intimacy of couples during the year following the birth of a first child : a qualitative study based on ten interviews of couple

ABSTRACT

Introduction : The year following the birth of a first child is a time when both the couple and their sexual life are fragile. Most studies on this topic focus either on the mother or on the father. The aim of this study is therefore to examine the intimacy of couples during this period and to find out what they expect from their general practitioner.

Methods : A survey of ten couples from a qualitative point of view was conducted through semi-directed interviews during the period from the fourth to twelfth month following the birth of the first child. The ten couples were recruited through their GPs.

Results : The arrival of a first child causes profound changes in the couple's intimate life. We have identified different stages : a lack of desire followed by the return of desire earlier for the man, with mutual adaptation, a time when each partner tries to adjust, then the finding of a new balance between being parents, being a couple and keeping some time to oneself. The couples stressed the need for mutual support as well as quality communication between themselves. However, each couple's story was unique and this period of transition could induce suffering and put the couple itself at risk. They expected their GPs to be ready to listen and reassure as well as able to refer the couple to a family counsellor should the need arise. So much so that our survey brought to light the unexpected benefits of a conjugal narrative.

Conclusion : The 12 months following the arrival of a first child is a period of upheaval the parents experience in a positive way. The healthcare professional could be someone to turn to if they prove understanding and mindful of certain facts, such as the communication within the couple, the existence of a supporting network or situations which could endanger the couple.

Keywords : desire, sexuality, couple, post-partum, conjugality, parenthood, narrativity, qualitative research