

## Le deuil traumatisant et non-résolu de la mère d'origine

par Lucie Bourdeau

Un deuil est difficile à vivre pour toute personne attachée à l'objet ou la personne qui est ainsi perdue. Certains articles traitant du deuil démontrent comment il est vécu comme une expérience traumatisante en soi. Aller imaginer la souffrance quand elle est exacerbée par certains facteurs de difficulté.

Chez la mère biologique, l'attachement à son bébé, partie intégrante d'elle-même, ne fait pas de doute. Son corps en porte le souvenir et le lui rappelle durement pendant quelques mois après la naissance. De nos jours, on reconnaît l'importance d'un rituel à la perte d'un bébé avant terme. Aller imaginer la souffrance de perdre un bébé en santé sans avoir eu la chance de le voir, sans avoir gardé de preuve de son existence.

La réalisation d'une grossesse très souvent hors mariage à cette époque, venait *menacer* sérieusement ces femmes. L'événement était *imprévue* causant tout un choc. Cette grossesse venait *mettre sérieusement en danger l'intégrité* de ces femmes. C'est une partie d'elle-même qui leur était enlevée *sans pouvoir se sentir en contrôle de leur décision*.

La société, l'église et la famille n'étaient pas aidantes. Elles condamnaient ces femmes en leur faisant vivre davantage de souffrances en leur renvoyant une image très négative d'elle-même. Elles ont vécu un *grand sentiment d'impuissance et de danger* envers leur personne. Très souvent, le choix de l'adoption n'était pas un choix éclairé et était la seule option possible malgré le non-désir de procéder ainsi. C'est d'ailleurs pour celles qui ont eu le sentiment de *ne pas contrôler leur décision* que le trauma a eu le plus d'impact.

Outre ces éléments de trauma présents chez ces femmes, deux autres éléments venaient s'ajouter aux difficultés.

### **Pas de reconnaissance d'une perte fondamentale.**

Cette femme devait quitter l'hôpital et retourner à ses activités comme si rien n'était. Le deuil n'était pas reconnu. Il n'y avait pas eu de rituel de passage. Pourtant, ces femmes passaient d'un rôle de jeune fille pour la plupart à femme, mère, sans que ce changement ne soit reconnu. Qui étaient-elles devenues?

Le secret de la grossesse et de l'accouchement. L'état de la mère biologique était tenu dans le secret pour préserver sa dignité et celle de sa famille. Dans la très grande majorité des cas, seul les parents et le conjoint étaient au courant. Certaines vivaient toute leurs

grossesses isolées, gardant le secret pour elle-même. Ces femmes ont cru nécessaire de perpétuer ce secret au fil des années, se privant ainsi de pouvoir parler de leur expérience de mère et de perte. Plusieurs gardent toujours ce secret caché. Les conjoints et autres enfants ne sont toujours pas au courant de leur passé douloureux.

Le secret a empêché ces femmes de vivre pleinement leur deuil en les empêchant de passer au stade de reconnaissance des émotions. La plupart sont demeurées dans le déni. La peine n'était pas acceptée car elles avaient « choisi » de laisser leur enfant en adoption. La colère envers elle-même et les autres n'étaient également pas possible. Et à qui en parler? Les milieux sociaux ignorent toujours l'ampleur du deuil non résolu et de l'impact du secret sur la vie de ces femmes. Outre les émotions rattachées au deuil comme la tristesse et la colère, ces femmes vivent énormément de culpabilité et de honte.

On peut affirmer que le secret a un impact majeur sur le processus de guérison de ces femmes.

### **Pas de corps, pas de décès réel .**

Comment faire le deuil d'un bébé qui n'est pas mort? Comment ne pas espérer le revoir un jour? Comment ne pas se demander s'il est toujours vivant, s'il est heureux? Comment savoir si sa décision a été la bonne? On ne peut faire le deuil sur une personne qui n'est pas décédé, alors comment dire au revoir à l'ensemble des pertes qui entoure cet événement? Car les pertes reliées à cette adoption sont nombreuses. Certaines ont déjà été mentionnées et nous pouvons ici en nommer d'autres: Perte d'identité personnelle, de femme et de mère, perte de sa valeur personnelle, perte de confiance et d'estime de soi, perte de vie intime gratifiante en raison du poids du secret, perte de futurs enfants, perte de liens avec la famille, perte d'emploi, perte de ville, d'amies, perte de contrôle sur leur vie et de confiance envers les autres. Et naturellement, perte de leur connexion avec leur enfant.

### **Impacts du Deuil Non Résolu**

Elles ont perdu beaucoup et ont acquis certaines difficultés parfois non négligeables au plan psychologique, social et physique. Comme les énergies émotionnelles reliées à cette douloureuse perte n'ont pu trouver expression, c'est souvent par le corps ou l'esprit qu'elles ont pu s'exprimer. Comme face à des événements traumatisants, les sentiments d'hyper-vigilance, de constriction et d'éléments déclencheur sont présents. Les dates anniversaires de naissance de cet enfant, les fêtes familiales comme Noël, les piques-niques familiaux, les neveux ou nièces du même âge que leur enfant mis en adoption... La souffrance de ne savoir quoi répondre aux questions du genre « As-tu des enfants? » Combien as-tu d'enfants? »