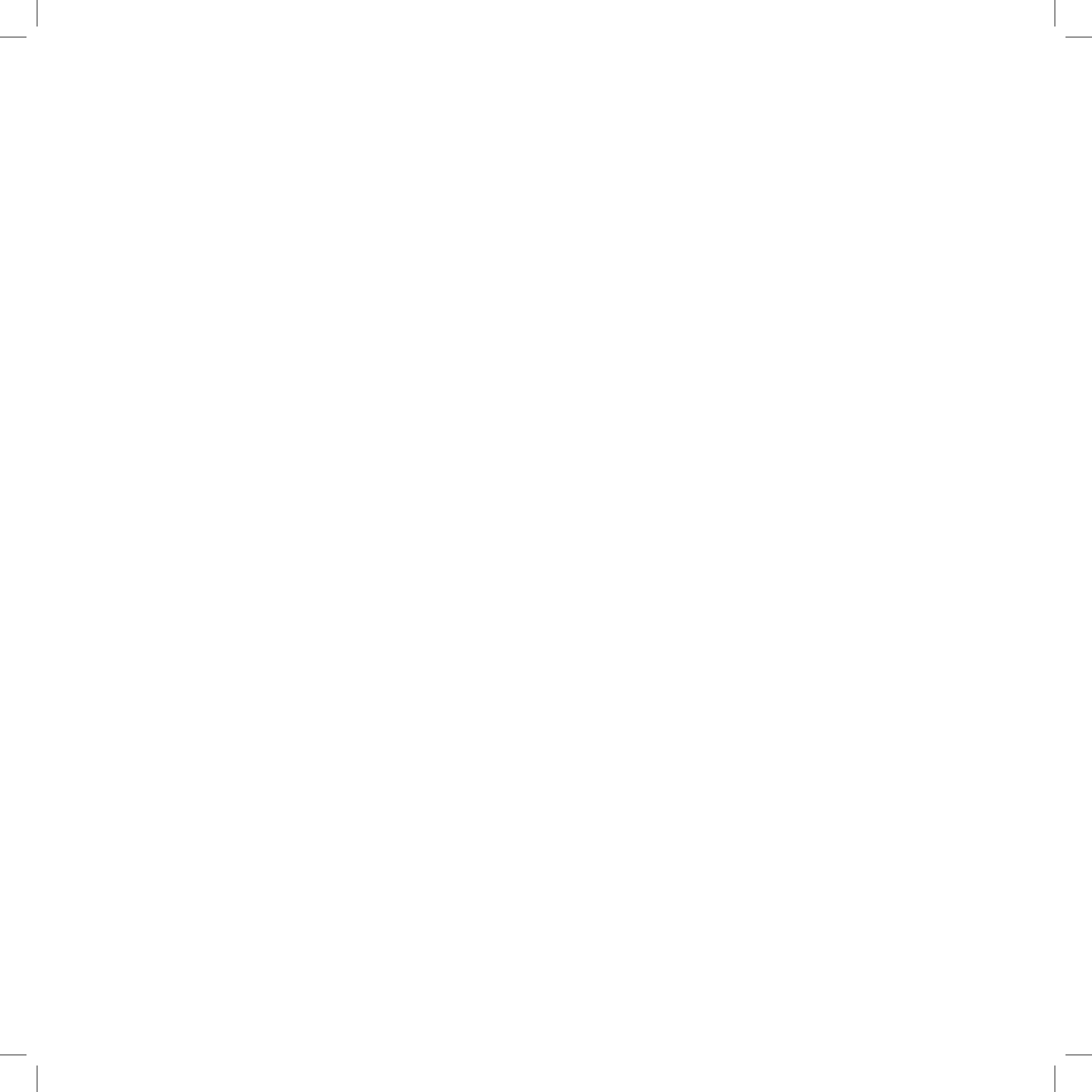


**Adoption Vivere inc., 2009**

**TABLE DES MATIÈRES**

Préface.....	3
Chapitre 1 La relation entre la mère biologique et le centre de soutien.....	9
Chapitre 2 Le choix des parents adoptifs.....	11
Chapitre 3 Les relevailles.....	15
Chapitre 4 Le deuil post-adoption.....	37
Chapitre 5 Les jours spéciaux.....	47
Chapitre 6 Les réactions des membres de la famille.....	53
Chapitre 7 Le père biologique.....	59
Chapitre 8 Les groupes de soutien pour les mères biologiques.....	65
Chapitre 9 Gestion de l'adoption ouverte à long terme.....	73
Annexe 1 Lettre « Cher bébé ».....	83
Annexe 2 Entente type de communication.....	85
Annexe 3 Lettre « Chère mère biologique ».....	87
Annexe 4 Fiche de suivi de grossesse.....	89



## PRÉFACE

### À qui s'adresse se livre

Le présent guide s'adresse au **grand public** ainsi qu'aux **intervenants, parents biologiques et parents adoptifs** intéressés au processus de l'adoption ouverte de nouveau-nés canadiens. Dans le processus de l'adoption, le rôle du **service d'adoption** (p. ex. Centres jeunesses, ministère de la Santé et des Services sociaux, gouvernement du Québec), est de réaliser l'adoption comme tel, sur le plan juridique, et celui du **service de soutien à l'adoption** (p. ex. Adoption Vivere Canada) est de fournir à la mère biologique du soutien complémentaire sur tous les plans, ce gratuitement et en toute confidentialité, pendant la grossesse, à l'accouchement et par la suite. Le présent livre permettra à l'intervenante du service d'adoption et à celle du service de soutien à l'adoption de cerner leur sphère d'activité respective et de travailler en harmonie. La part de ce qui suit qui ne pourra être traitée par le service d'adoption pourra être assumée par le centre de soutien (p. ex. Adoption Vivere Canada).

Les **parents biologiques** contemplant l'adoption, pour leur part, disposent également, outre le présent livre, d'une excellente entrée en matière sous forme d'un guide décisionnel assorti au présent livre et élaboré spécifiquement à leur intention.

Enfin, **tout parent ayant fait l'expérience de la perte d'un enfant, soit avant ou après la naissance**, pourra bénéficier de la description du processus de deuil offerte dans le présent livre. Certaines pistes de guérison pourront sûrement les rejoindre.

## Qu'est-ce que l'adoption ouverte ?

« Adoption ouverte » signifie que parents biologiques et parents adoptifs se connaissent, la mère biologique ayant sélectionné le couple adoptif selon un profil comprenant leur identité, et que ces deux parties ont négocié, avant l'adoption, une **entente de communication** qui encadrera leurs échanges et contacts après l'adoption. Les communications pourront comprendre, ou pas, le contact avec l'enfant, et pourront se faire, ou pas, par l'entremise d'un intermédiaire. On parlera alors d'adoption **ouverte** (communications directes et comprenant l'enfant), **semi-ouverte** (communications indirectes entre parents seulement ou avec l'enfant également) ou **fermée** (anonymat des parties et absence de contacts).

## Pourquoi l'adoption à la naissance et pourquoi l'adoption ouverte ?

Avec les difficultés croissantes liées à l'adoption internationale et à la procréation médicalement assistée (PMA), les couples éprouvant des difficultés à concevoir un enfant (maintenant un couple sur six au Canada) se retrouvent avec une aspiration inassouvie et apparemment sans espoir de fonder une famille.

Parallèlement, une certaine part des mères biologiques aux prises avec une grossesse difficile à assumer (environ 55 000 par année au Québec et 155 000 par année pour le Canada en entier) s'intéressent à l'adoption à la naissance.

N'y aurait-il pas lieu de favoriser un arrimage entre ces deux besoins importants, répandus et complémentaires ?

L'adoption à la naissance se pratique depuis des décennies dans la plupart des juridictions en Amérique du Nord, y compris au Québec, bien que la pratique reste encore particulièrement à développer dans cette province.

À l'heure actuelle, les obstacles à l'adoption de nouveau-nés canadiens comprennent ce qui suit :

### Du point de vue de la mère biologique :

1. Stigmatisation de cette issue de grossesse comme un geste d'abandon cruel, voire traumatisant, tant pour l'enfant que pour la mère ;
2. Manque d'information concernant les différentes possibilités d'adoption, soit ouverte, semi-ouverte ou fermée (crainte de manquer l'enfant ; d'être retrouvés par lui ; ou que l'enfant ne soit maltraité) ;
3. Manque de soutien matériel et personnel pendant la grossesse, pendant l'adoption et par la suite ;

4. Stigmatisation du parent par l'étiquette non méritée de « parent inapte » par l'obligation, dans bien des cas, de passer par la direction de la protection de la jeunesse (DPJ), laquelle gère normalement des adoptions et placements effectués contre le gré d'un parent a qui la garde de l'enfant a dû être retirée ;

### **Du point de vue des parents adoptifs**

5. Crainte que la mère biologique change d'idée, avant ou même après, avoir accordé son consentement à l'adoption ;
6. Peur que l'enfant manque sa mère biologique et veule la retrouver.

**Dans les faits, que montre l'expérience concernant les facteurs ci-dessus ? Attardons-nous à chacun d'eux.**

#### **1. Stigmatisation**

Comme le recommande le rapport Lavallée publié en mars 2007, n'y aurait-il pas lieu de reconnaître le fait de confier volontairement son enfant en adoption, quand une mère biologique se voit dans l'impossibilité d'en assumer l'éducation, comme un geste mature et altruiste ? Après tout, la mère biologique n'en retire rien sur le plan matériel. Elle n'en ressort qu'avec une gamme de sentiments, à commencer par le deuil indéniable de sa parentalité, du moins pour le cas en question, pour aboutir, en revanche, sur la fierté d'avoir donné la vie et d'avoir rendu un couple et un enfant heureux.

L'enfant doit-il à tout jamais être traumatisé par le fait d'avoir été confié en adoption ? Dans les cas difficiles, on constate que le traumatisme est souvent lié à l'adoption fermée, laquelle comporte un élément de secret qui peut susciter chez l'enfant des sentiments de honte, de questionnement et de ressentiment. L'**adoption ouverte** ou **semi-ouverte** ne comporte pas ces secrets. L'**adoption fermée** demeure toutefois une option potable pour certaines personnes qui la désirent ardemment et ou qui ne sont pas en mesure d'assumer les tenants et aboutissants de l'adoption ouverte.

La mère biologique doit-elle être à tout jamais traumatisée par le fait d'avoir confié son nouveau-né en adoption ? Dans les cas difficiles, on constate que le traumatisme est souvent lié aux facteurs suivants :

- a) Adoption fermée. La mère biologique n'a pas pu choisir le couple adoptif selon ses critères, ne sait rien concernant la vie de l'enfant et n'a aucun contact avec lui ;

- b) Deuil non résolu. La mère biologique n'a pas été guidée et assistée dans le processus du deuil de sa parentalité (les cinq étapes du deuil sont explorées plus avant) ;
- c) Type d'adoption (ouverte, semi-ouverte, fermée) non assorti à la personne ;
- d) Adoption pratiquée pour les mauvaises raisons (toute raison autre que l'impossibilité absolue d'assumer l'éducation d'un enfant).

## **2. Manque d'information concernant les différents types d'adoption**

Bien que l'adoption à la naissance, ouverte ou semi-ouverte, se pratiquent au Québec depuis au moins 1984, le nombre de telles adoptions demeure infiniment restreint parce que celles-ci requièrent un encadrement soutenu pour la mise en place d'une entente de communication entre parents adoptifs et mère biologique.

Par ailleurs, à l'heure actuelle, ladite entente existe à titre purement privé et ne bénéficie pas de la protection de la loi ; son application est laissée à la bonne volonté des parties.

Enfin, ce type d'entente est généralement perçu par les intervenants comme contraire à l'esprit de la loi québécoise (Code civil), laquelle prévoit l'adoption « plénière », où la « filiation » (lien juridique) adoptive remplace la filiation biologique au lieu de simplement s'ajouter à celle-ci, comme c'est le cas pour l'adoption dite « simple », pratiquée, par exemple en France. Toujours est-il que l'adoption ouverte ne contrarie en rien l'adoption plénière. L'adoption plénière favorise même sûrement l'adoption ouverte, du moins beaucoup plus que ne le ferait l'adoption simple, en rassurant les parents adoptifs que la mère biologique leur accorde une pleine reconnaissance de leurs droits de nouveaux et seuls véritables parents de l'enfant.

Avec l'adoption ouverte, on ne craint pas autant de manquer l'enfant ou de ne pas savoir s'il va bien parce qu'on a des contacts avec lui, et on ne craint pas non plus qu'il nous retrouve, puisqu'il ne nous a jamais perdus.

## **3. Manque de soutien**

Est-ce réaliste de s'attendre à ce que la mère biologique aux prises avec une grossesse difficile à assumer et qui envisage la possibilité de confier son nouveau-né en adoption, assume seule et entièrement, l'ensemble des sacrifices matériels et autres qu'exigent la grossesse, l'accouchement et les relevailles ? La plupart d'entre elles ne disposent tout simplement pas de ces moyens. Il faut de l'aide sous forme

d'une subvention d'arrêt de travail ou d'études pour les trois derniers mois de la grossesse et les deux mois de relevailles. Il faut aussi du soutien moral et ménager, ainsi que du soutien pour l'élaboration et le bon suivi de l'**entente de communication**, comme peut l'offrir soit le service d'adoption, soit le service de soutien à l'adoption), tout dépendant des programmes gouvernementaux en place.

#### **4. Stigmatisation d'inaptitude**

N'y aurait-il pas lieu de faire passer toutes les démarches volontaires d'adoption de nouveau-nés par un organisme autre que la Direction de la protection de la jeunesse (DPJ), p. ex. les Centres jeunesse, déstigmatisant ainsi cette recherche d'assistance ?

#### **5. Crainte du changement d'idée**

Il faut faire connaître à la population le fait selon lequel le consentement à l'adoption au Québec se pratique 30 jours après la naissance et que la mère biologique dispose d'un délai additionnel de 30 jours pour changer d'idée, ce qui donne un délai total de pas plus de 60 jours après la naissance pour changer d'idée.

Il faut rassurer la population que les mères biologiques changent très rarement d'idée si l'adoption a été réalisée dans les conditions suivantes : adoption ouverte ou semi-ouverte ; soutien moral avant, pendant et après l'adoption ; adoption réalisée pour les bonnes raisons ; arrimage entre type d'adoption (ouverte, semi-ouverte, fermée) et candidate à l'adoption.

#### **6. Craintes liées à l'attachement**

Du point de vue de l'attachement, l'adoption à la naissance ne se compare d'aucune façon à l'adoption réalisée plus tard dans la vie de l'enfant. Elle favorise des liens entre les parents adoptifs et l'enfant d'une qualité et d'une solidité comparables à celles des liens biologiques. Certains comportements peuvent également être enseignés aux parents pour les assister dans la solidification de leur lien avec leur enfant.

Par ailleurs, si l'adoption est ouverte, toute crainte que l'enfant cherche à retrouver sa mère biologique se volatilise puisque l'enfant a le bonheur de ne pas avoir à faire cette recherche, la connaissant depuis toujours. Pour l'adoption fermée ou semi-ouverte, l'enfant peut, effectivement, tenter de retrouver sa mère biologique dès l'âge de 14 ans, et la mère biologique peut accepter ou pas que la retrouvaille ait lieu. À cet âge, les parents adoptifs ont beaucoup moins à craindre de perdre leur enfant.

#### **La bonne résolution du deuil**

Quelle que soit la perte que nous vivons, que ce soit par exemple un décès, une séparation ou la perte d'une chose ou d'une capacité physique, le deuil se vit toujours selon les mêmes dynamiques. Il comporte

cinq différents aspects, que l'on vit dans un ordre qui varie selon les personnes et les situations. On peut **nier** la situation par différentes tactiques psychologiques (dénégation, rationalisation, refoulement, évitement, défoulement) ; on peut vivre une certaine **colère** découlant d'un sentiment d'être une victime dénuée de pouvoir subissant injustement les abus des autres et de la vie, ce qui nous portera à nous plaindre et à blâmer les autres ; on peut vivre la **tristesse** jusqu'à sombrer dans la dépression ; on peut **marchander** avec la vie en se montant des scénarios irréalistes ; puis on en arrive à un état de bien-être appelé **acceptation**, où l'on devient en paix avec notre choix, sûrs de celui-ci, sans regrets. Celui-ci devient pleinement assumé, dénué d'amertume et de ressentiment. On en devient même fiers et on en sort grandis, plus forts, plus épanouis. Pour en arriver là, il faut s'être permis de vivre tous les autres aspects du deuil, en les identifiant, en les nommant et en les exprimant.

## Remerciements

Nous désirons exprimer notre immense gratitude à Mesdames Wendy Lowe et Jutta Wittmeier, auteures du livre *Affirming the Birth Mother's Journey*<sup>1</sup>, dont le présent livre est l'adaptation en français, pour l'autorisation accordée pour la présente adaptation.

Ces dames ont couché sur papier une vingtaine d'années d'expérience chacune avec le soutien à l'adoption ouverte de nouveau-nés canadiens. Grâce à elles, le Canada francophone, plus particulièrement le Québec, pourra s'enrichir d'une expérience unique, au bénéfice de nombreux individus et de l'ensemble de la société.

<sup>1</sup> Lowe, Wendy, Jutta Wittmeier. *Affirming the Birth Mother's Journey*, 2005, Trafford Publishing, Victoria (C.-B), 197 p.



## **CHAPITRE 1 – LA RELATION ENTRE LA MÈRE BIOLOGIQUE ET LE CENTRE DE SOUTIEN À L’ADOPTION**

### **Éclaircir le statut juridique du père biologique**

Dans chaque province, différents hommes peuvent avoir le statut de père sur le plan juridique. Dans certaines provinces, le père putatif (le père d’un enfant né d’une femme à laquelle il n’est pas marié), peut avoir le droit légal d’être avisé concernant l’adoption. Dans certains cas, sa signature peut être requise avant que l’adoption ne puisse aller de l’avant. Au Québec, celle-ci n’est pas obligatoire.

Une épouse séparée de son mari même depuis de nombreuses années peut découvrir que la loi considère celui-ci comme le père de l’enfant. De façon similaire, une femme qui vit avec son conjoint de fait peut, dans certaines juridictions, découvrir que son partenaire a des droits légaux vis-à-vis son enfant, même s’il n’en est pas le père biologique.

### **Agir comme représentante des intérêts de la mère biologique**

Pour la mère biologique, avoir un représentant peut lui conférer un sentiment de prise en charge. Il est donc impératif que la conseillère ne cesse de réitérer, ce dès le début, que son unique rôle est de faire valoir le point de vue et les intérêts de la mère biologique.

Par ailleurs, il faut rassurer la mère biologique que le centre continuera à lui offrir du soutien même si elle venait à exprimer de la colère. La conseillère ne sera pas choquée. Celle-ci doit se préparer à recevoir des éventuelles accusations de la part de la mère biologique qui pourra projeter sa colère sur celle qui facilite le processus lui causant autant de souffrance. Elle ne devra pas prendre sur elle ces accusations non fondées, les laissant simplement passer. Elle peut inviter la mère biologique à écrire une lettre de plainte

et transformer la colère en critique constructive porteuse de changements positifs.

**La confidentialité des dossiers doit être respectée à vie**

Il faut rassurer la mère biologique que le centre n'est pas une agence d'adoption et n'obtient pas de rétribution de quelque façon si un enfant est confié en adoption. Il faut lui rappeler que le centre n'existe pas pour venir en aide aux couples stériles ou pour les centres d'adoption, et que sa seule raison d'être est de soutenir la mère biologique.

Rappeler à la mère biologique que la loi sur la Santé et les services sociaux du Québec oblige tout fournisseur de services médicaux et sociaux à offrir aux personnes qui les consultent une décision éclairée, c'est-à-dire la pleine connaissance de toutes les options possibles. Ainsi, l'adoption fait partie de ces possibilités.

## CHAPITRE 2 - LE CHOIX DES PARENTS ADOPTIFS

Pour le choix des parents adoptifs, l'intervenante du service d'adoption explorera avec la mère biologique les critères suivants :

-Âge : Pour les mères biologiques de moins de 20 ans, des parents adoptifs dans la trentaine peuvent sembler beaucoup trop vieux pour être parents. Une conseillère peut les aider à fixer une catégorie d'âge réaliste en citant les avantages d'un couple plus mature, tout en tenant compte du fait qu'un couple dans la quarantaine ou plus âgé pourra être enlevé à l'enfant trop rapidement.

-Race

-Religion

-Niveau de revenu : Bien que le fait d'être à l'aise financièrement peut être un critère de bien-être, on peut tout de même faire ressortir qu'il ne s'agit pas là d'une garantie de bonheur. Pour une adoption ouverte, il est important que la mère biologique et les parents adoptifs soient de classes socio-économiques assez semblables pour que la relation de l'adoption ouverte puisse être harmonieuse et équilibrée. Par ailleurs, les foyers plus aisés peuvent parfois avoir tendance à substituer argent pour présence humaine puisque les revenus en question peuvent être le fruit d'une charge de travail accentuée.

-Serait-il souhaitable qu'un parent demeure au foyer avec l'enfant ?

-Niveau d'instruction

-Quelles qualités le père devrait-il avoir ?

-L'enfant devrait-il être élevé en milieu urbain ou rural ?

-L'enfant devrait-il pouvoir avoir un chien, un chat ?

-L'enfant devrait-il être un enfant unique ou un premier enfant ? En observant le couple adoptif avec ses enfants actuels, la mère biologique peut se faire une bonne idée de leurs aptitudes et de leur expérience comme parents.

-Quelle importance accorder à l'existence d'une famille élargie autour du couple adoptif ?

-Le couple adoptif doit-il être ouvert à la possibilité d'élever un enfant handicapé ou malade ?

-Degré d'ouverture de l'adoption : Il faudrait encourager la mère biologique à demander un haut degré d'ouverture, ce qui permettra d'évaluer le niveau de sécurité du couple adoptif tout en se gardant le plus d'options ouvertes pour l'avenir. Il s'agit de lui rappeler qu'il est toujours plus facile de fermer des portes que d'en ouvrir.

La conseillère peut assister à la première rencontre entre les parents adoptifs et la mère biologique mais elle doit être la plus discrète possible afin de laisser la mère biologique elle-même vérifier si la connexion s'établit entre eux. Elle peut servir de deuxième paire d'oreilles pour enregistrer toutes les informations recueillies.

## **DEMANDER AUX PARENTS ADOPTIFS S'ILS ONT RÉSOLU LEUR DEUIL LIÉ À LEUR STÉRILITÉ**

La mère biologique doit pouvoir sentir que son enfant ne servira pas à remplacer un enfant mort-né dans le passé. Son enfant est un individu unique qui doit être chéri à ce titre uniquement. Les parents adoptifs rendus à un certain stade de désespoir seront souvent trop insécurisés pour vivre une adoption ouverte. Dans son entrevue de profilage de couples adoptifs éventuels, l'intervenante inclure ce sujet de discussion.

## **LA RENCONTRE DES PARENTS ADOPTIFS**

Une liste bien préparée de questions ouvertes détendra l'atmosphère et stimulera le dialogue entre les parents adoptifs et la mère biologique.

La conseillère ne doit pas tenter d'influencer le choix de la mère biologique, simplement de favoriser celui-ci.

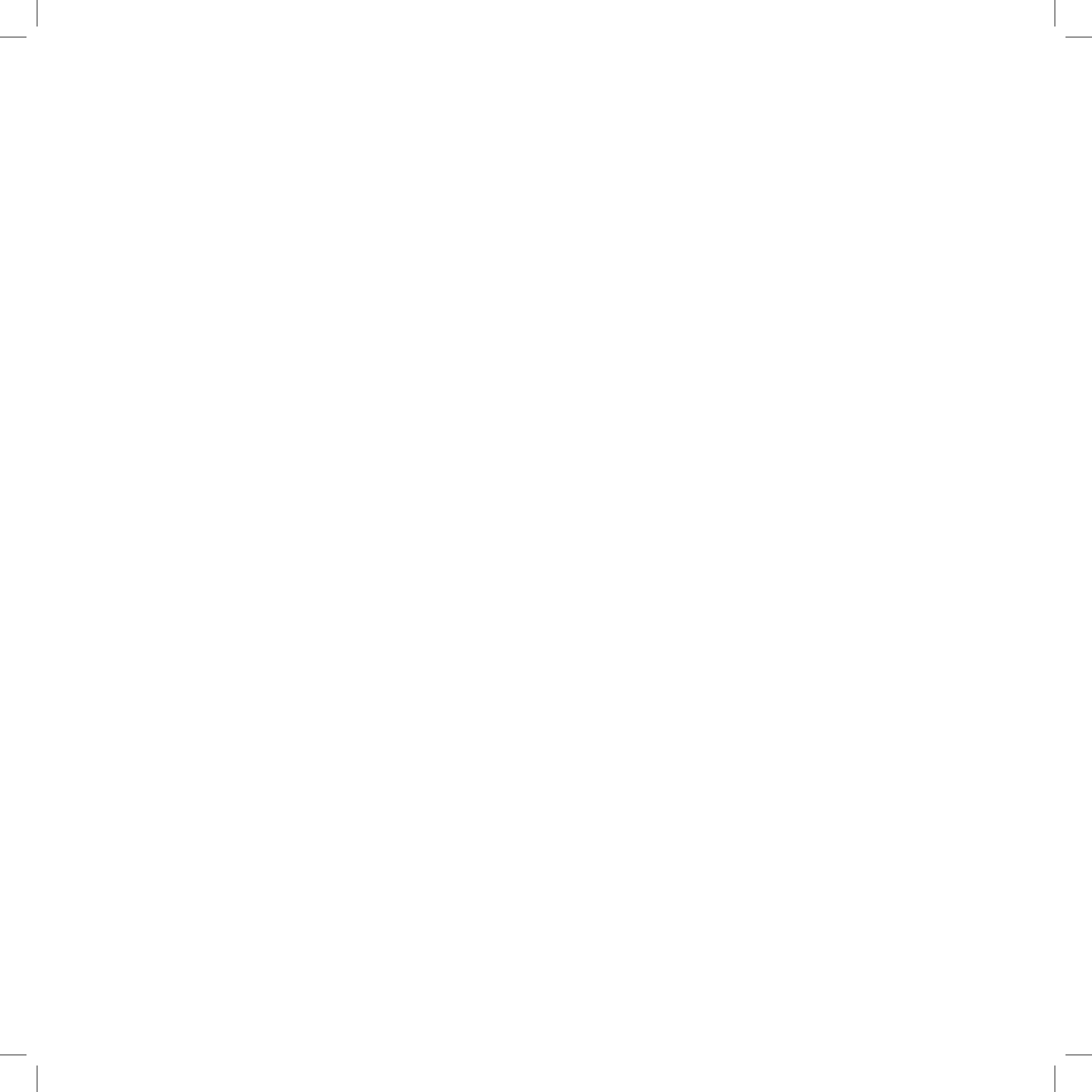
La conseillère ne doit pas assister aux rencontres subséquentes afin de ne pas se placer en conflit d'intérêt.

Après chaque rencontre, toutefois, la conseillère pourra être disponible pour que la mère biologique partage avec elle ses impressions et ses sentiments afin de solidifier son évaluation. Une liste de questions à apporter à la prochaine session pourra être formulée. On peut enjoindre la mère biologique à adresser ses questions au membre le plus discret du couple, ce qui permettra de révéler la dynamique qui a cours au sein de celui-ci.

Il faut que la mère biologique sente une certaine passion pour le couple adoptif dès la première rencontre. Autrement, il faut laisser tomber dès lors. Après la troisième rencontre, la mère biologique aura pris conscience des faiblesses du couple adoptif, et elle devra décider si elle est prête à vivre avec celles-ci. On peut mettre la mère biologique en garde des apparences matérielles. L'honnêteté est capitale. Si la mère biologique a consommé de l'alcool depuis qu'elle est enceinte ou si elle a une maladie transmise sexuellement, elle doit en aviser le couple adoptif. Cacher les faits pourrait avoir un impact négatif car si les parents adoptifs les découvrent plus tard, ils pourront perdre confiance et opter de limiter les contacts avec l'enfant.

Si la vérité s'avère trop difficile à assumer pour le couple adoptif, la mère biologique ne doit pas douter que leur honnêteté ait été bénéfique. Bien qu'elle se sente rejetée, elle n'aura pas condamné son enfant à une vie avec des parents n'ayant pas les outils, la sagesse ou le désir de composer avec des circonstances qui sont en-deçà de l'idéal.

La mère biologique doit s'assurer de ne pas donner de faux espoirs au couple cherchant à adopter. Il faut toujours éviter de donner l'impression au couple qu'il a déjà été sélectionné alors qu'il est trop tôt pour formuler une opinion.



## CHAPITRE 3 - LES RELEVAILLES

La mère biologique qui est préparée à l'avance concernant les étapes du deuil à venir après la naissance pourra s'élaborer des stratégies pour composer avec celui-ci. Il faut également l'aider à vivre la récupération physique, les réactions éventuellement négatives d'autrui et le besoin de se fixer de nouveaux objectifs dans la vie.

### **Préparer la mère biologique aux répercussions physiques de l'accouchement**

Plusieurs femmes ont de la difficulté à accepter les changements physiologiques qu'elles éprouvent après la naissance. Pour une femme plus jeune tout particulièrement, les fluctuations hormonales, les marques d'étirement de la peau et les écoulements mammaires peuvent être des sources de détresse, surtout sans enfant dans les bras pour les expliquer. Une mère biologique trop gênée pourra commencer un régime d'exercice et/ou un régime alimentaire rigoureux pour faire disparaître les signes non désirés de la grossesse. Il se peut aussi qu'elle choisisse de négliger sa santé physique, ne se rendant pas compte de la gravité de l'expérience physique qu'elle vient de vivre.

La conseillère doit faire comprendre à la mère biologique l'importance des six semaines de relevailles après l'accouchement. Les hormones relâchées dans son corps pour permettre à son ossature pelvienne de prendre de l'ampleur pour l'accouchement auront également relâché certains ligaments, y compris ceux dans ses poignets, genoux, coudes et chevilles. Une mère ayant récemment accouché est particulièrement sujette aux blessures liées au sport. Ce genre d'activité est à proscrire pendant les relevailles afin d'éviter des blessures pouvant facilement devenir chroniques (permanentes).

Pour ce qui est de l'engorgement des seins, le simple son d'un enfant qui pleure peut mener à un écoulement. Des médicaments pour contrer les montées de lait sont moins offerts aujourd'hui mais d'autres options,

comme la ligature des seins, sont disponibles. Les instructeurs prénataux sont d'excellentes sources d'information à ce chapitre. Certaines femmes portent des sacs de cubes de glace sur chaque épaule et d'autres insistent que le fait de placer des feuilles de choux dans leur brassière est une pratique efficace (et naturelle). La prise de douches et de compresses d'eau chaude est à déconseiller car la chaleur peut apporter du confort mais elle augmente également la production de lait.

Une des conséquences les plus importantes de l'accouchement est la dépression postpartum. Bien que difficile à distinguer du deuil de l'adoption, la dépression devrait être soupçonnée si la cliente atteint des profondeurs si basses qu'elle ne peut plus fonctionner normalement. La conseillère doit surveiller pour les signes de changements et mettre en garde la famille de la mère biologique que si celle-ci semble particulièrement déprimée à n'importe quel moment au cours de la première année suivant l'adoption, elle doit être amenée à consulter un médecin immédiatement.

### **Encourager la mère biologique à prendre du temps pour se faire du bien**

Au cours des trois premiers mois suivant l'adoption, une mère biologique sera préoccupée par sa perte. Avec sa conseillère, elle devrait planifier des méthodes pour alléger la douleur et recentrer son attention, ne serait-ce que temporairement, de sur l'enfant à elle-même. Autant que possible, une mère biologique devrait changer d'endroit et ou de routine de vie, en prenant une petite vacance ou en visitant des proches. Celles dont les moyens sont plus limités ou qui ont des restrictions imposées par le travail ou les études, peuvent toujours profiter de mini-vacances, allant d'un voyage d'un jour ou un après-midi dans un parc à une visite dans un cinéma à rabais. Même un bain moussant peut remonter le moral de la mère biologique. Il est bon de rappeler que la modération a toujours bien meilleur goût, ne laissant pas de séquelles comme des sentiments de culpabilité et des déséquilibres budgétaires.

### **Préparer la mère biologique aux réactions de malaise d'autrui**

Les commentaires intrusifs sont une réalité avec laquelle chaque mère biologique doit composer. Allant de remarques non délicates de la part des proches à des questions amicales venant de purs étrangers, ces interactions peuvent être malaisées pour les deux parties. Encore plus déconcertant pour les mères biologiques, certaines personnes peuvent éviter complètement le sujet de la naissance et de l'adoption.

Il est souhaitable de conseiller à la mère biologique de partager des informations personnelles seulement lorsqu'elle se sent à l'aise de le faire. Elle ne devrait jamais se sentir obligée d'expliquer sa situation ou de divulguer des renseignements personnels.

Une mère biologique qui rencontre des gens qui évitent de discuter de l'adoption peut développer des méthodes d'amener le sujet dans une conversation. Si une femme se rend compte que les autres sont souvent silencieux parce qu'ils ne veulent pas l'attrister, elle peut les mettre à l'aise en leur montrant une



photo de son enfant. Il est bon d'encourager la mère biologique à faire preuve d'audace pour exprimer ses besoins, donnant ainsi aux autres la permission de partager son deuil.

### **Aider la mère biologique à établir un réseau de soutien**

Un plan de récupération comprend l'identification de partenaires de deuil, soit deux ou trois personnes qui soutiendront activement la mère biologique dans l'internalisation de son deuil. Que ce soit un ami intime, un proche, un membre de notre église ou une mère biologique amie, un partenaire de deuil doit être prêt à tenir la femme responsable de ses actes. La plupart des mères biologiques se seront engagées, par exemple, à voir leur conseillère Vivere régulièrement pendant la première année suivant l'adoption. La présence active d'un partenaire de deuil peut empêcher la mère biologique de se renfermer sur elle-même et d'éviter l'aide extérieure.

### **Préparer la mère biologique aux difficultés éventuelles sur le plan de l'intimité physique**

Pour les femmes qui n'ont pas encore résolu leur deuil, l'engagement sexuel à la suite d'une adoption peut déclencher des souvenirs pénibles. À une extrême, la femme peut éviter l'intimité physique autant que possible alors qu'une autre femme émotive peut se lancer dans une série de relations physiques.

Pour bon nombre de femmes, s'engager sentimentalement ou poursuivre la relation ayant mené à la grossesse difficile et à l'adoption, peut s'avérer nocif. Une femme qui devient enceinte une deuxième fois ne fera qu'amplifier son deuil. Ainsi, si une femme est réceptive un tant soit peu, la conseillère devrait aborder le sujet de l'abstinence tôt après la naissance, en l'aidant à déterminer les choix qui seront dans son meilleur intérêt. La discussion devrait couvrir le besoin d'intimité et les façons de satisfaire ce besoin autrement que par le sexe. Pour plusieurs femmes, la poursuite d'une intimité réelle est un concept nouveau.

Même si une femme choisit de demeurer active sexuellement, la conseillère peut l'aider à prendre conscience de ce qu'elle fait et pourquoi elle le fait. La question de ce qu'elle gagne lorsqu'elle a des relations sexuelles et si elle obtient ce qu'elle désire vraiment, peut la guider dans ses relations futures.

Les femmes mariées devraient être prêtes à envisager les défis uniques qui se présenteront à elles. Il se peut qu'elles aient une telle crainte de devenir enceintes de nouveau qu'elles refusent l'intimité physique à leur mari. Elles doivent être amenées à résoudre leur deuil afin de résumer une vie conjugale saine et équilibrée.

La conseillère devra préparer la femme aux réactions émotives qu'elle pourra vivre lorsqu'elle relancera une relation ou s'engagera dans le mariage. Il faudra que celle-ci établisse des limites appropriées ou prévienne son partenaire des réactions de deuil qui pourront peut-être survenir malgré elle.

## **Aider la femme à se fixer des objectifs à long-terme**

Puisque la mère biologique n'investira pas les vingt prochaines années de sa vie dans l'éducation d'un enfant, elle devra trouver d'autres objets sur lesquels centrer son temps et son énergie. Elle ne devrait pas voir sa décision de confier l'enfant comme ne profitant qu'à l'enfant ; elle devrait plutôt percevoir l'adoption comme une occasion de pratiquer des changements positifs et constructifs dans sa propre vie. Dégagée des restrictions imposées par l'éducation d'un enfant, une mère biologique peut poursuivre ses études, s'engager dans une relation saine, acquérir de nouvelles aptitudes et développer de nouveaux intérêts. En quelque sorte, elle reçoit un deuxième souffle.

Certaines mères biologiques résistent au progrès par crainte de se comporter de façon égoïste et ainsi d'abandonner leur enfant. Il faut leur rappeler que le fait de devenir incapable de fonctionner ne constitue pas une preuve d'un plus grand amour pour son enfant que d'aller de l'avant. La vie d'une mère biologique ne doit pas fatalement se terminer au moment que son enfant est confié en adoption. Au fait, un des plus grands cadeaux qu'elle puisse donner à un enfant est de faire de l'adoption un point tournant ou un tremplin pour la pleine réalisation de son potentiel comme être humain. Une conseillère peut encourager la mère biologique à devenir le type de personne dont l'enfant pourra être fier lorsqu'ils se réuniront.

La conseillère doit chercher à stimuler les rêves de la femme. Au fur et à mesure que de nouvelles possibilités se forment dans son esprit, on peut l'assister dans le processus du franchissement des étapes vers la réalisation de ses objectifs. Si une mère biologique désire une relation sentimentale plus enrichissante, par exemple, on devrait l'encourager à examiner les raisons pour lesquelles ses tentatives antérieures de trouver l'amour ont échoué. Il se peut qu'elle ait aussi besoin d'aide pour développer des façons de résoudre des conflits avec le père biologique.

Avant tout, la conseillère doit mettre en garde la femme de ne pas prendre quelque décision majeure que ce soit dans l'année suivant l'adoption. La femme ne devrait pas fréquenter de personnes de la gent masculine pendant au moins six mois et elle devrait déduire, par réflexion, toutes les bonnes raisons de ne pas s'engager dans un rapport sexuel immédiat.

Si certaines femmes deviennent extrêmement vulnérables en raison de l'adoption, d'autres peuvent se découvrir une force nouvelle. Une mère biologique fréquentait un homme qui lui voulait amener la relation à un autre niveau. Lorsqu'elle a refusé ses avances physiques, il s'est mis en colère et a eu recours à des commentaires désobligeants à propos de l'adoption. Elle était incapable, a-t-il dit, de prendre soin de son propre enfant. Même le père biologique ne voulait rien savoir d'elle. Comme elle le mettait à la porte, la mère biologique déclarait : « Sors d'ici ! Je n'ai pas besoin de toi dans ma vie parce que cette adoption est la chose dont je suis la plus fière de toute ma vie. »

## **Préparer la femme pour l'isolement qu'elle pourrait ressentir**

L'expérience de mettre au monde un être humain, de choisir de lui offrir la meilleure vie possible, puis de vivre un deuil qui semble insurmontable va inévitablement altérer la perception qu'a une femme du monde. Souvent, l'expérience mènera un certain isolement ; les femmes plus jeunes, tout particulièrement, auront tendance à acquérir une maturité bien au-delà de leur âge. Armée de nouvelles aptitudes, comme l'habileté de résoudre des conflits et de s'affirmer, une mère biologique peut être abasourdie de la relative immaturité de ses pairs moins expérimentées. Comme une mère biologique l'a affirmé : « Mes anciens amis sont tellement insouciant ; je n'ai pas de patience pour la façon dont ils parlent ou ce qu'ils font ».

Une mère biologique peut trouver du soulagement du placotage insignifiant ou se dissocier de relations nocives en changeant temporairement d'école ou de lieu de travail. Si elle choisit de se trouver un nouveau cercle d'amis, elle pourra constater qu'un groupe de soutien par les pairs peut servir de filet de sécurité. La conseillère devrait mettre en garde la femme concernant la tentation de revenir à des anciennes habitudes, puisqu'une femme vulnérable peut avoir recours à l'alcool ou aux drogues pour mettre en sourdine sa douleur et pour ne répéter que les erreurs qui l'ont conduite à son mauvais sort actuel.

Un sentiment important d'isolement peut également découler d'un manque de soutien familial. Si par exemple la mère de la mère biologique se montre réfractaire au concept même d'adoption ou au fait de soutenir sa fille dans ce choix, il faudra trouver d'autres partenaires de deuil.

## **Encourager la mère biologique à parler de son expérience au bon moment**

Une mère biologique qui reçoit des conseils adéquats deviendra souvent une porte-parole solide et crédible pour l'adoption. Elle passera typiquement plusieurs années de sa vie à expliquer aux personnes qu'elle rencontre pourquoi l'adoption est un choix positif. Son témoignage peut être un outil puissant pour faire découvrir l'adoption ouverte. Il sera bon d'encourager la femme d'attendre au moins six mois après l'adoption pour commencer à témoigner de ce choix de vie.

## **LETTRE « CHER BÉBÉ » ET CADEAUX**

La lettre « Cher bébé » sera la première (et assurément la plus interpellante) lettre d'amour qu'un enfant adopté ne recevra jamais. Celle-ci renferme les espoirs et les rêves de la mère biologique, des mots de sagesse qu'elle souhaite lui transmettre. La lettre peut également contenir des réponses aux questions les plus importantes qu'aura inévitablement l'enfant, y compris pourquoi on l'a confié dès le départ. Dans certains cas, une mère peut choisir d'écrire deux lettres ; une à être donnée à l'enfant lorsqu'il est encore jeune et l'autre à lui remettre à l'adolescence. En plus de profiter à l'enfant à différentes étapes de sa vie, écrire plus d'une lettre peut aider la mère à reconnaître que le petit enfant qu'elle tient maintenant grandira et changera avec le temps.

**Il y a plusieurs points à considérer lorsqu'on assiste une femme dans ce processus significatif :**

**La femme devrait commencer le processus de deuil le plus tôt possible**

C'est souvent aidant d'encourager la femme à écrire sa lettre « Cher bébé » lorsqu'elle est encore enceinte. Toute absorbée dans le choix du meilleur couple adoptif et aux prises avec certains effets secondaires déplaisants de la grossesse, la mère biologique négligera alors souvent ses propres besoins émotionnels. Le fait d'écrire une lettre à son enfant à naître aidera à déclencher la prise de conscience réelle qu'elle devra vivre, dans les faits, une perte significative dans le processus de l'adoption.

**Les lettres ne devraient pas être finalisées avant que la mère biologique n'ait tenu son nouveau-né dans ses bras**

Le témoignage de personnes adoptées devenues adultes qui avaient été confiées, à la naissance, en adoption fermée, révèle que même avec une vie professionnelle des plus réussies, ils sont toujours consternés par le fait que leur mère biologique ne les ait pas tenus à leur naissance. Puisque les nouveau-nés ne sont plus enlevés immédiatement de leur mère biologique, les femmes devraient être encouragées de dire à leur enfant ce qu'elles pensaient pendant qu'elles les berçaient dans leur bras.

La femme devrait être encouragée à terminer sa lettre « Cher bébé » avant, ou très peu après, son congé de l'hôpital. Non seulement est-il difficile pour la mère biologique de ressaisir les émotions intenses qu'elle a ressenties juste avant la naissance ou le moment qu'elle a tenu son enfant pour la première fois, mais elle peut aussi devenir réfractaire à obtenir le sentiment de résolution que la lettre « Cher bébé » viendra éventuellement lui apporter.

**Reconnaître que l'écriture est un processus continu**

La conseillère devrait encourager la mère biologique à tenir un journal pendant la grossesse. Des extraits du journal, y compris les pensées de la mère lorsqu'elle a senti les premiers coups de pied du bébé, peuvent être inscrits dans un livre spécial pour l'enfant. Non seulement la mère restera-t-elle consciente de ses sentiments pendant la grossesse, il y aura un rappel pour l'enfant de l'intensité de l'amour de sa mère, même lorsqu'il était dans son utérus. Pour s'assurer que son enfant n'aurait aucun doute de son amour, une mère a écrit quatre cent trente lettres au cours de sa grossesse et pendant les deux premières années de vie de sa fille, les conservant dans un bac qu'elle a éventuellement donné à son enfant.

La mère peut choisir de réécrire la lettre « Cher bébé » plusieurs fois, du moment qu'elle commence à s'attacher avec le bébé au cours de la grossesse jusqu'au moment où elle doit lui dire adieu. Il est bon de l'encourager à conserver des copies des brouillons ainsi que la version finale qu'elle donnera à son enfant.

## **Encourager la femme à lire sa lettre ouvertement**

Bon nombre de femmes bénéficient du fait de lire leur lettre « Cher bébé » à haute voix au cours des visites de consultation. Cette lettre peut également être lue lors de la cérémonie d'adoption.

## **Aider la femme à reconnaître les besoins des parents adoptifs**

Il est bon pour la mère biologique de demander aux parents adoptifs la permission de transmettre la lettre « Cher bébé » ou un cadeau. Il est fort improbable que les parents adoptifs refusent sa demande et ceux-ci apprécieront cette manifestation de confiance à leur égard. Ils auront le choix de transmettre la lettre à l'enfant à l'âge de 18 ans ou avant selon leur bon jugement des besoins et de la maturité de l'enfant.

## **Cadeaux pour bébé**

Environ au cinquième mois de grossesse, on encouragera la mère biologique à commencer à réfléchir au type de cadeau qu'elle aimerait offrir à son enfant. Les enfants comprennent typiquement l'amour sous forme tangible et un enfant adopté appréciera spécialement l'occasion de sortir le cadeau et de réfléchir sur le donateur.

Le cadeau que la mère biologique offre peut être, selon le degré d'ouverture de l'adoption, le seul cadeau qu'elle pourra donner. On encouragera la femme à penser à des cadeaux ayant une signification symbolique plutôt qu'une grande valeur ou une fabrication élaborée.

Dans certains cas, d'autres membres de la famille peuvent être encouragés à offrir un cadeau. En participant dans le geste du don, le père biologique et les grands-parents biologiques peuvent également commencer à traiter la douleur liée à l'adoption.

## **Idées à proposer à une femme alors qu'elle cherche un symbole tangible de son amour**

- Un objet transmis d'une génération à l'autre

Un enfant qui ne demeurera pas dans sa famille biologique peut tout de même bénéficier d'une participation dans les traditions familiales.

- Une relique chérie de l'enfance de la mère biologique

Un enfant accordera une grande valeur à un objet que sa mère biologique a elle-même tenu et chéri enfant, comme par exemple un animal en peluche ou une poupée. Certaines mères biologiques choisissent de transmettre des cadeaux qu'elles ont elles-mêmes reçu enfant, y compris une tasse gravée, un bijou ou une couverture spéciale.

- Un cadeau qui peut être partagé par la mère biologique et son enfant

Une mère biologique peut vouloir faire ressortir que même si elle et son enfant ont été séparés par l'adoption, ils n'en demeurent pas moins deux parties d'un tout. Un collier avec deux mailles, une à remettre au bébé et l'autre à être conservé par la mère biologique, est le type de cadeau qui dépeint vivement ce genre d'union. Une mère a porté une broche de l'Arche de Noé et a épinglé la colombe assortie à la couverture de son enfant avant qu'ils se séparent. Pour elle, le cadeau symbolisait l'espoir que les deux pièces, et les deux personnes, trouveraient un jour le chemin de la réunion.

- Un arbre généalogique ou un album de famille

Adoptés ou pas, les enfants sont fascinés par leur histoire familiale et se réjouissent d'entendre l'histoire de leur naissance. La mère biologique peut enregistrer les informations liées au travail et à l'accouchement, et faire enregistrer la cérémonie d'adoption sur vidéo. Elle peut également créer un album de famille, avec des copies de photos récentes d'elle, de sa famille et du père biologique, si possible, ainsi que des clichés de sa propre enfance. En créant un album, la mère biologique donnera à l'enfant une idée de l'identité de sa mère qui ira au-delà de la description offerte par les parents adoptifs.

Une mère a créé un arbre généalogique, avec une branche pour décrire la famille biologique de l'enfant, puis une autre branche pour montrer l'histoire de la famille adoptive. Elle a fait encadrer le diagramme et au cours de la cérémonie d'adoption, elle a demandé au fils de la famille adoptive d'inscrire le nom de son nouveau frère sur la feuille respective de l'enfant.

- Une expression artistique de l'amour de la mère

Calligraphie d'une prière ou d'une chanson ; courtépinte ; etc.

### **La mère récalcitrante**

Certaines mères biologiques ont des hésitations à offrir à leur enfant des lettres ou des cadeaux. Une femme qui a été violée, par exemple, peut ne pas reconnaître qu'elle va inévitablement commencer à aimer l'être humain qui a fait invasion chez elle. Une autre femme peut avoir été forcée à confier son enfant contre son gré. Une autre encore peut souffrir d'une maladie mentale ou peut simplement être incapable de prendre la décision de laisser à son enfant un symbole tangible de son amour.

Quelle que soit la raison pour la résistance de la mère, la conseillère devrait recommander fortement à celle-ci d'écrire une lettre Cher bébé ou de transmettre un cadeau significatif. Non seulement la femme sera-t-elle plus forte d'avoir fait quelque chose pour son enfant, mais l'enfant sera, dans les années à venir, rappelé de sa signification pour sa mère.

## **Modeler le processus de don**

Même une mère résistante ne se sentira pas menacée si elle reçoit un cadeau qu'elle puisse, à son tour, transmettre à son enfant. Une conseillère pourrait, par exemple, donner à une nouvelle mère biologique deux animaux en peluche, l'encourageant à en garder un comme souvenir, tout en donnant l'autre à l'enfant. Une mère biologique pourra également être fière de donner à son enfant un ensemble de vêtements spécial pour son nouveau-né, même si elle n'a pas été en mesure d'acheter le cadeau elle-même.

## **Utiliser l'expérience d'autres mères biologiques**

Une femme peut être encouragée par les histoires d'autres mères biologiques qui ont passé à travers le processus de l'adoption avec succès avant elle. Demander à celles-ci la permission de transmettre des copies de leur lettre « Cher bébé ». Pour respecter leur vie privée, il s'agira de supprimer le nom de la mère qui a rédigé la lettre.

## **Assister la mère pour les tâches qu'elle pourrait trouver intimidantes**

Une mère qui est analphabète ou qui manque de confiance aura de la difficulté à créer une lettre « Cher bébé ». La conseillère peut servir comme secrétaire, transformant en mots le message de la mère à son enfant. La lettre finale n'a pas besoin de capturer les mots exacts mais plutôt l'expression de son cœur.

## **Les questions types suivantes aideront à provoquer la discussion et permettra à la conseillère de capturer l'individualité de la mère sur papier :**

Combien aimez-vous ce bébé ?

Quels espoirs et prières avez-vous pour votre enfant ?

Qu'aimeriez-vous dire à votre bébé à propos de vous-même ?

Qu'aimeriez-vous dire à votre bébé concernant les gens que vous avez choisis pour être ses parents ?

## **Trouver un moyen alternatif à la lettre**

Une mère biologique devrait être encouragée à s'exprimer par un moyen avec lequel elle est à l'aise. Certaines femmes préfèrent enregistrer leur lettre sur cassette ou vidéo. D'autres pourront réunir leurs pensées dans une chanson ou un poème spécial pour leur enfant.

## **Tout objet sera prisé par l'enfant**

Si une femme est particulièrement réfractaire, on doit l'encourager à offrir n'importe quoi, aussi minime

soit l'objet. Même sa signature sur une carte spéciale qu'elle a aidé à sélectionner ou une photo d'elle aura beaucoup de valeur pour son enfant.

## **L'EXPÉRIENCE DE LA NAISSANCE À L'HÔPITAL**

Même si une visite peut ne durer que quelques heures, l'expérience de la mère biologique à l'hôpital sera déterminante sur son sentiment concernant l'adoption après le coup. Une expérience négative peut la faire sombrer dans le regret ou détruire sa confiance en sa capacité de prendre des décisions. Une expérience positive peut lui fournir des souvenirs de l'enfant qui survivront à la douleur de la perte.

Afin de garantir la meilleure expérience possible, une mère biologique devrait être encouragée à se préparer pour son séjour à l'hôpital bien à l'avance. En raison de changements dans les politiques de soins de santé, sa visite sera fort probablement d'une assez courte durée, et le temps passé avec l'enfant, limité. Certaines femmes demeurent à l'hôpital moins de neuf heures. Puisqu'il se peut que la mère biologique n'ait pas d'autre temps pour être avec son enfant, il est important qu'elle maximise le temps dont elle dispose et qu'elle détermine des limites pour que celui-ci soit de qualité.

## **LA MÈRE BIOLOGIQUE : INVITÉE D'HONNEUR**

La visite à l'hôpital de la mère biologique comportera une grande douleur physique et psychologique. En raison de la nature de son sacrifice, elle devrait être traitée avec une délicatesse toute spéciale. Il faut tenter d'assurer qu'elle ait une chambre privée, arrangement qui peut être pris à l'avance par les intervenants du Centre jeunesse. Le plus de temps qu'elle peut passer à l'hôpital, le mieux. Il faut encourager la mère biologique à parler à son médecin à l'avance de la durée de son séjour. Un médecin sympathisant pourrait avoir le pouvoir de permettre à une mère biologique de demeurer à l'hôpital plus longtemps que la durée type de vingt-quatre heures, évitant ainsi qu'elle sente qu'on lui ait subtilisé son temps avec son enfant. De plus, il faut respecter le souhait de la mère que l'enfant demeure dans la chambre avec elle.

Une mère biologique devrait être entourée des personnes les plus aidantes possibles. Un coach d'accouchement est essentiel parce que les infirmières pourront ne pas avoir le temps de pleinement soutenir une femme pendant tout le processus apeurant du travail. Encourager la mère biologique à choisir un coach d'accouchement qui sera fiable et en faveur de sa décision de confier son enfant en adoption. Le coach doit également s'engager à être disponible deux semaines avant et deux semaines après la date prévue de l'accouchement, puisque les bébés ne se sentent pas concernés par les prévisions de dates.

Les préparatifs pour l'expérience à l'hôpital devraient également comprendre le plan de départ de la mère biologique. En plus de se réserver une personne pour la mener et la ramener de l'hôpital, elle devrait décider si elle désire quitter l'hôpital avant ou après le départ du bébé, et si elle préfère laisser le bébé dans la pouponnière ou bien le placer dans les bras de ses nouveaux parents. Elle devrait également décider



qui demeurera temporairement avec elle à son retour à la maison, pour lui offrir du soutien physique et émotionnel.

## **LA QUESTION DES VISITEURS**

La mère biologique devrait décider à l'avance avec qui elle voudrait partager son enfant. Bien qu'elle puisse au départ vouloir partager son expérience avec tous et chacun, la réalité est qu'un défilé non maîtrisé d'amis, de proches et de connaissances dans la chambre d'hôpital s'avèrera non seulement épuisant mais lui enlèvera de son temps seule avec le bébé. Il faut encourager la mère biologique à placer ses propres besoins devant les obligations sociales. Les personnes suivantes devraient être considérées par la mère biologique quand elle passera à travers le processus de sélection des visiteurs :

### **La famille immédiate**

Une mère biologique voudra typiquement inviter les membres positifs de sa famille immédiate. Toutefois, si ses rapports avec sa famille sont rompus, ou si certains membres de sa famille s'opposent à l'adoption, elle devrait se demander si leur présence sera un facteur positif. Les visites peuvent être limitées ou évitées complètement.

### **Le père biologique**

Quelque tumultueuse que soit la relation entre la mère et le père biologiques, leur enfant bénéficiera de savoir que son père biologique a porté assez d'égards envers son enfant pour l'accueillir en ce monde. La mère biologique appréciera également l'effort de sa visite, car malgré tout ressentiment quel pourrait avoir à son endroit, le couple partage toujours un lien par leur enfant. Une photo peut être prise de l'enfant blotti dans les bras de son père.

Si un père biologique est agressif, ou s'il n'entretient pas de bonnes relations avec la famille de la mère biologique, celle-ci peut préciser une heure particulière pour sa visite, en limitant sa durée, de sorte à limiter les frictions familiales. Dans certains cas, elle pourrait choisir de ne pas l'inviter du tout. Aimerais-elle que la famille du père biologique voie l'enfant également ?

### **Le couple adoptif**

Il faut s'assurer que la mère biologique est au courant des multiples options qui s'offrent à elle en lien avec la présence du couple adoptif, pendant le travail et l'accouchement jusqu'à la cérémonie d'adoption. Certaines questions qu'elle devrait envisager comprennent les suivantes :

Quand le couple adoptif devrait-il être informé que le travail a commencé ?

À qui revient l'honneur d'annoncer au couple adoptif qu'ils sont ou qu'ils seront bientôt parents, la mère biologique ou une autre personne ?

Est-ce que le couple devrait attendre à la maison pendant le travail ou bien dans la salle d'attente ?

Est-ce que un ou les deux membres du couple devrait observer l'accouchement ?

Qui devrait être la première personne à tenir l'enfant ?

Alors qu'elles pourraient paraître sans conséquences, certaines de ces questions peuvent avoir des répercussions considérables. Certaines mères biologiques, par exemple, n'ont pas conscience du niveau d'intimité lié à une naissance. Une femme ayant accordé à un couple adoptif la permission d'assister à l'accouchement pourrait se sentir gênée une fois en situation et incapable de rétracter son offre.

La question de la première personne à tenir le nouveau-né est particulièrement significative. Au cours de l'euphorie de l'accouchement, une mère biologique pourrait permettre de placer l'enfant dans les bras de la mère adoptive. Toutefois, bon nombre de mères biologiques expriment une grande tristesse et un grand ressentiment plus tard, se sentant privée d'une expérience qui leur appartenait.

Doucement rappeler à la mère biologique que le couple adoptif aura l'enfant pendant toute une vie. L'expérience à l'hôpital est la sienne. Accentuer le fait qu'il n'est pas égoïste de sa part de limiter le temps du couple adoptif avec l'enfant. La conseillère devrait encourager la mère biologique à être la première à tenir l'enfant.

## **LE RÔLE DE LA CONSEILLÈRE À L'HÔPITAL**

### **Assurer que la mère biologique reçoit un niveau d'intimité suffisant**

Dans le processus de deuil, la mère biologique aura besoin d'une période de temps non négligeable seule avec son enfant. Elle pourrait vouloir lui parler ou tout simplement pleurer en le tenant. La conseillère peut veiller à limiter les interruptions en installant une enseigne « Ne pas déranger » sur la porte, en demandant que les infirmières respectent son intimité et en leur demandant de refuser les visites temporairement.

### **Aider le personnel de l'hôpital à comprendre la situation**

Parce que les médecins et les infirmières ont leurs propres préconceptions concernant l'adoption, ils peuvent, par bonne intention ou par pure insouciance, manquer de délicatesse envers les sentiments de la mère biologique. Une conseillère a découvert, par exemple, que plusieurs membres du personnel tentaient de la convaincre de garder son enfant, ne sachant pas que le père biologique était violent envers elle. Même si la mère biologique avait choisi l'adoption pour des bonnes raisons, le processus au complet

a été entravé en raison de la confusion engendrée chez la mère biologique par les remises en question des membres du personnel bien intentionnés.

Même si la communauté médicale a grandement amélioré sa compréhension de l'adoption au cours de la décennie écoulée, les membres du personnel plus anciens peuvent encore adhérer à la notion selon laquelle la femme doit éviter de créer un lien avec son enfant. D'autres peuvent être alarmés par la réaction de deuil de la mère. Afin de mettre les infirmières à l'aise et aussi d'éviter un attroupement de « conseillères », la conseillère de la mère peut se présenter comme tel et offrir sa carte de visite sur demande.

### **Préparer la mentor pour l'accouchement**

Un mentor pour l'accouchement qui est consciente du besoin de faire respecter les volontés de la mère sera une alliée précieuse. La mentor pour l'accouchement devrait également être préparée à assister à une vaste gamme de réactions émotionnelles chez la mère et à savoir comment le mieux soutenir la femme endeuillée.

### **Intervenir si les besoins de la mère biologique sont compromis**

Il peut arriver que les besoins de la mère biologique ne soient pas pris en compte. Si elle manque d'assurance ou si elle est trop en détresse pour s'affirmer, la conseillère doit agir comme sa défenderesse. Lorsque la famille de la mère biologique s'ingère ou ne lui laisse pas suffisamment de temps avec son enfant, par exemple, la conseillère peut doucement intervenir et désamorcer une situation potentiellement néfaste.

Dans un certain cas, une mère biologique était dans les étapes finales de l'accouchement lorsqu'une infirmière lui a demandé si elle désirait que l'enfant soit placé dans sa chambre avec elle. Puisque la mère n'était aucunement en condition de répondre, sa conseillère est intervenue, a pris la décision pour elle, et a rappelé diplomatiquement l'infirmière que la question pourrait être abordée à un moment plus opportun.

### **Aider la mère à préparer des plans de rechange**

Même le plan le mieux préparé peut se désintégrer. Si le poupon aboutit aux soins intensifs ou est né avec des anomalies que le couple adoptif ne peut accepter, toute l'expérience d'hôpital ou même le plan d'adoption peut chavirer. La mère biologique en panique aura besoin de soutien additionnel et d'être rassurée au fur et à mesure qu'elle forme un autre plan.

### **Rassurer la mère qu'elle peut changer d'idée n'importe quand**

Une mère biologique devra reprendre sa décision de confier son enfant en adoption une fois l'enfant né. Il

faut l'encourager à apporter avec elle à l'hôpital son journal et ses documents de prise de décision, pour qu'elle puisse se rappeler les raisons concrètes pour lesquelles elle avait opté pour l'adoption au départ. Avertir la femme à l'avance qu'après la naissance, vous prendrez un moment seule avec elle dans un endroit privé de l'hôpital, pour lui demander si elle voudrait toujours confier son enfant en adoption. La rassurer qu'elle sera pleinement soutenue quelle que soit sa décision à ce moment-là.

## **LA COLLECTE DES SOUVENIRS**

### **Les photos sont capitales**

Ne jamais tenter le destin. Un appareil photo défectueux ou un rouleau de film écarté peut signifier la perte de l'irremplaçable. Encourager la mère à désigner plus d'un photographe pour prendre de multiples clichés toute l'expérience à l'hôpital, de son ventre protubérant aux moments d'extase lorsqu'elle tient son enfant pour la première fois. Des prises avant et après, tant humoristiques que sérieuses, permettront à la mère biologique à mieux saisir la réalité de son expérience même lorsque le temps et le retour à la normalité rendront cet aspect de sa vie irréel.

### **Créer une boîte de souvenirs**

Même si la mère biologique quittera l'hôpital les bras vides, elle peut tout de même porter de puissants memento de son bébé. Il faut encourager la femme à conserver des souvenirs de son expérience à l'hôpital, y compris le bracelet et le chapeau du poupon, sa suce ou une loque de ses cheveux. Une mère biologique peut également demander une copie de la carte avec le nom du bébé qui était apposée sur son bassinnet, ainsi qu'un certificat de naissance comportant le nom qu'elle a choisi pour l'enfant. Des vêtements portés par l'enfant et sa couverture peuvent avoir une signification importante ; proposer à la mère de ne pas les laver afin de conserver la senteur de l'enfant.

Si l'hôpital ne prend pas d'empreintes des pieds et des mains de l'enfant, la mère biologique peut le faire avec de la gouache soluble et du papier spécial apporté de la maison. Une mère peut également acheter à l'avance un ensemble de plâtre de Paris et créer une plaque murale des empreintes des pieds et des mains de l'enfant. Même un registre des contractions tenu par la mère ou un journal acheté le jour de la naissance de l'enfant peuvent servir d'excellents memento.

Ces articles, ainsi que des fleurs séchées et des cartes de souhaits, peuvent être entreposés dans une grande boîte décorative dans laquelle la mère biologique peut piger selon ses désirs. La boîte de souvenirs revêtira une signification critique lors des jours difficiles, comme l'anniversaire de naissance de l'enfant et la fête des mères.

## **LES TURBULENTS JOURS SUIVANT LA NAISSANCE**

### **Les séquelles physiologiques**

Peu de femmes sont préparées pour le chambardement physique et émotionnel qu'elles vivront une fois passée l'extase de la naissance. Les fluctuations hormonales normales peuvent les laisser désemparées. Les mères biologiques qui ont subi une césarienne seront particulièrement désillusionnées par l'ampleur de leur incapacité physique. Il faut donc aviser la mère des séquelles auxquelles s'attendre et lui recommander de ne pas confier l'enfant le troisième jour après l'accouchement, soit le moment le plus turbulent sur le plan émotif.

### **La controverse entourant l'allaitement**

La question de l'allaitement ne fait pas consensus. Du point de vue médical, il y a une appréhension légitime de la transmission mère-enfant du VIH par le lait. Toutefois, plusieurs états et provinces effectuent maintenant des tests de dépistage du SIDA et du VIH sur toutes les femmes enceintes.

Le choix appartient habituellement à la mère. Les femmes consciencieuses de la santé désireront souvent offrir à leur enfant les bénéfices des anticorps présents dans le colostrum. Certaines languissent après l'expérience de nourrir leur enfant à l'extérieur de l'utérus. D'autres se rendent compte qu'elles n'auront peut-être jamais plus l'occasion d'allaiter. D'autres encore craignent que l'intimité de l'allaitement ne crée un lien mère-enfant trop important.

En tant que conseillère, affirmer le choix de la mère biologique. Une décision d'allaiter pendant quelques jours n'enfreindra pas la capacité de la mère adoptive de former un lien avec l'enfant. Le risque réel est d'enlever à la mère biologique son occasion de choisir si l'allaitement lui convient ou pas.

### **Les adieux à la maison**

Certaines mères biologiques choisissent d'amener leur enfant avec elle à la maison de l'hôpital pour une période pouvant aller jusqu'à une semaine. Ce choix est habituellement énervant pour les parents adoptifs, qui appréhendent que la femme change d'idée et choisisse de garder l'enfant. Toutefois, si une femme choisit effectivement de garder l'enfant, cela soulève la question si la décision initiale de l'adoption a été prise pour les bonnes raisons.

Si changement d'idée il y a, c'est souvent chez les femmes qui n'ont pas eu suffisamment de temps pour créer un lien avec leur enfant et pleurer leur perte. Amener un poupon à la maison de l'hôpital peut faire comprendre à la mère biologique toutes les exigences du fait d'être parent. Comme s'est exclamée une mère biologique : « Je n'ai même pas eu la chance de prendre une seule douche pendant tout le temps

que j'ai eu l'enfant! »

Il est bon de présenter à la mère, avant d'aller à l'hôpital, la possibilité d'amener le bébé à la maison pendant quelques jours au sortir de l'hôpital. Si ce choix l'intéresse, il faudra l'aider à obtenir les fournitures dont elle aura besoin pour le séjour du bébé. Par exemple, un centre de soutien à la grossesse pourra sûrement lui prêter un siège d'auto usagé ou des vêtements pour poupon. La mère biologique devrait fournir, pour sa part, les couches et le lait en formule si elle choisit de ne pas allaiter.

### **Soins de suivi**

Une femme qui retourne à la maison sans son enfant éprouvera une peine et un deuil accablants pendant les premières quarante-huit heures. Elle devrait planifier cette période avec soins, en décidant comment elle passera ce moment et avec qui. Elle devrait envisager la possibilité de demander une amie proche de demeurer avec elle ou de la visiter périodiquement.

Il faut encourager la femme à louer des films à l'avance, en prenant soin d'éviter ceux qui sont émotionnellement chargés. La mère biologique n'appréciera peut-être pas particulièrement le divertissement, mais elle bénéficiera de la distraction. Si elle affectionne la lecture, elle devrait se procurer livres et revues pour l'occasion. Elle devrait aussi inclure dans son plan des sorties de la maison, comme par exemple, de courtes marches, si sa santé le permet, ou s'offrir une petite douceur avec des amis. Le fait de sortir l'empêchera de se sentir prise à la maison, et lui rappellera que la vie se poursuit à l'extérieur de son deuil.

Si la mère biologique choisit de s'occuper de l'enfant pendant sa première semaine de vie, à la fin de la semaine, sa conseillère devrait reprendre tout article emprunté, comme une bassinet ou un siège d'auto. Cette petite faveur non seulement atténuera-t-elle le stress chez la femme, mais enlèvera tout rappel blessant de l'absence de l'enfant.

### **LA CÉRÉMONIE D'ADOPTION**

La cérémonie d'adoption est une formalisation importante du processus de deuil. Dans l'acte de confier son enfant dans les mains du couple adoptif dans un contexte cérémonial, une mère biologique posera un geste de grande signification symbolique. À grand coûts pour elle-même, elle confie son enfant aux bons soins d'un nouveau couple de parents, qui eux, reçoivent autant un cadeau formidable qu'une grande responsabilité. Dans ce moment, la joie intense des parents adoptifs rencontre la peine la plus acerbe de la mère biologique.

La cérémonie d'adoption devrait être centrée principalement sur la mère biologique. Bien que les parents adoptifs soient presque toujours invités à y jouer un rôle, ils ne sont que des invités, des témoins du dernier

geste de la mère biologique à l'endroit de son enfant. Ici, il n'y a plus d'évitement ou d'escamotage de la douleur de la mère biologique ; le couple adoptif est forcé de constater l'ampleur de son deuil. Intensément triste mais significative, la cérémonie offre aux familles et aux amis l'occasion de pleurer avec la mère biologique, en reconnaissance de son sacrifice tout en validant sa décision de confier son enfant.

Il n'existe pas de règles strictes quant à la planification de la cérémonie. Celle-ci peut ne pas comporter d'aspect religieux, ou bien elle peut avoir une forte composante spirituelle. Elle peut se tenir parmi un cercle d'amis intimes ou encore mériter la présence d'une centaine des connaissances les plus proches de la mère biologique. La cérémonie peut être un processus court et simple se déroulant dans une chambre d'hôpital, ou encore une série élaborée de lectures, de rituels, de chants et d'allocutions. Elle peut être planifiée et dirigée entièrement par la mère biologique ou on peut demander à un pasteur ou à une conseillère de s'en charger. En somme, les cérémonies d'adoption sont aussi variées et uniques que le sont les femmes qui confient leur enfant en adoption. Dans tous les cas, la cérémonie est une expression unique de l'amour d'une mère biologique pour son enfant, et non une obligation de performer.

## **PRÉSENTER LA SIGNIFICATION DE LA CÉRÉMONIE**

La première fois qu'on leur présentera l'idée d'une cérémonie d'adoption, plusieurs femmes auront une réaction d'incrédulité. L'idée de partager avec d'autres le douloureux moment de l'adoption pourra très facilement leur paraître absurde. Toutefois, une fois la signification de la cérémonie expliquée, la plupart des femmes deviennent réceptives à l'idée d'organiser une cérémonie pour elles-mêmes.

En traitant avec une femme rébarbative, une conseillère peut discuter du rôle que le cérémonial tient dans la vie des gens. La naissance est typiquement célébrée avec le baptême du poupon ou une dédicace, ou encore par une congrégation de femmes pour un shower de bébé. D'autres événements significatifs – anniversaires de naissance, graduations, mariages, anniversaires de mariage – sont également reconnus par des rituels élaborés. L'analogie du mariage peut être particulièrement pertinente aux yeux d'une femme s'apprêtant à confier son enfant : comme pour un mariage, deux familles seront unies par l'adoption. Cette union de toute une vie, créé par une nouvelle vie, devrait mériter reconnaissance.

Si la femme se déclare non traditionnelle ou non sentimentale, la conseillère peut faire ressortir les avantages possibles d'une telle cérémonie pour l'enfant. Plusieurs femmes font filmer la cérémonie et transmettent ce memento à leur enfant. Même si la cérémonie peut être extrêmement douloureuse pour la mère biologique, son enfant pourra visionner ce moment significatif dans les années à venir. Un enfant qui voit l'émotion et le sacrifice exigés dans le processus de l'adoption ne questionnera jamais s'il a été aimé ou pas.

Si une femme est toujours récalcitrante à l'idée d'une telle cérémonie, on devrait l'encourager à en parler avec d'autres mères biologiques. Des femmes qui ont déjà vécu une cérémonie d'adoption ne regretterons

pratiquement jamais l'expérience et permettront souvent à d'autres mères biologiques de regarder la vidéo de leur propre cérémonie.

Si une femme refuse de commémorer son adoption, ses désirs devraient être respectés. Toutefois, la femme qui est capable de saisir la valeur de la cérémonie aura un rappel durable de l'un des jours les plus difficiles – et remplis de sens – de toute sa vie. La cérémonie d'adoption pourrait très bien devenir pour elle un geste de résolution.

## **ENDROIT**

La cérémonie d'adoption peut avoir lieu dans une église, une chapelle, une résidence, une pièce tranquille à l'hôpital ou même dans un endroit public comme un parc ou un jardin. Dans certains cas, l'enfant peut être confié de façon officieuse à l'hôpital, puis confié formellement lors d'une cérémonie tenue dans les jours ou les semaines qui suivent.

## **INVITÉS**

La liste d'invités d'une cliente attestera de sa personnalité. Une mère biologique plus grégaire peut n'avoir aucune hésitation à inviter des douzaines de personnes, y compris médecins, infirmières et la femme enceinte de la chambre d'à côté. Inversement, une cliente introvertie peut trembler à l'idée d'être le centre de l'attention alors qu'elle arbore des yeux pouffis et un nez coulant, et n'invitera que son prêtre et le couple adoptif.

Pour la composition de la liste d'invités, la mère biologique devrait sélectionner des personnes qui ont suffisamment de lien avec elle pour partager l'un de ses moments les plus intimes et qui affermiront sa décision de confier son enfant. Une grand-mère absolument opposée à l'adoption peut ruiner une expérience autrement positive. Pareillement, si une mère biologique soupçonne que la famille du père biologique puisse créer des dérangements, elle ne devrait pas lui transmettre d'invitation. La conseillère devrait accentuer à répétition que la cérémonie d'adoption appartient à la mère biologique. Si la présence du père biologique ou même d'un membre de sa propre famille la déconcertera, il en va de sa prérogative de limiter la liste d'invités.

## **ÉLÉMENTS DE LA CÉRÉMONIE**

Selon les désirs de la mère biologique, la cérémonie peut durer entre dix minutes et une heure. Pour préparer ses invités à ce à quoi s'attendre dans une situation inusitée, la mère biologique peut choisir d'élaborer un programme. Même très simple, celui-ci peut servir de memento additionnel. Une cérémonie type d'adoption contiendra les éléments suivants :



## **Une pièce musicale ou un poème**

Pour une mère biologique, l'occasion d'utiliser ses propres talents pour créer une chanson ou un poème pour son enfant peut être extrêmement significative. Une mère biologique aux inclinaisons musicales peut carrément composer et jouer une chanson, ou enregistrer une pièce de musique à l'avance pour la faire jouer à la cérémonie. Pareillement, une cliente ayant une affinité naturelle pour les mots peut écrire un poème en l'honneur de son enfant. Une autre pourra choisir une chanson ou une lecture préférée liée à l'adoption puis demander à un ami proche de le ou la jouer à la cérémonie.

## **L'allocation de la mère biologique**

La mère biologique va habituellement soit préparer un discours pour son enfant ou bien lire sa lettre « Cher bébé ». Il est essentiel que son message soit écrit : si elle devait se sentir incapable de parler, un ami intime, choisi à l'avance, peut finir la lecture du message en son nom. Par ailleurs, une femme qui planifie son discours à l'avance évitera de dire des choses qui pourraient la faire se sentir vulnérable et exposée par la suite. Les femmes devraient être mises en garde contre les discours spontanés.

## **La réponse**

L'allocation de la mère biologique devrait être suivie de la réponse de l'un ou des deux des parents adoptifs, ou d'un ministre ou d'une conseillère à qui l'on aura demandé de parler de la situation. Il est capital que la réponse soit affirmative de la mère biologique et rende hommage à son courage. Le présentateur pourra aussi saisir l'occasion de doucement informer les auditeurs concernant l'adoption.

Pour les femmes qui ont incorporé un élément religieux dans leur cérémonie, la réponse peut inclure une pensée de dévotion, une prière ou une bénédiction de l'enfant, de sa mère biologique et du couple adoptif. Dans une cérémonie des plus touchantes, le grand-père biologique de l'enfant a dirigé la prière, transmettant la bénédiction familiale à l'enfant.

## **Échange de cadeaux**

La cérémonie d'adoption fournit une occasion opportune à la mère biologique de présenter à son enfant le cadeau spécial qu'elle lui a préparé. Les parents adoptifs vont souvent offrir à la mère biologique un cadeau de leur part, qu'il soit aussi simple qu'une fleur ou aussi élaboré qu'une lettre encadrée exprimant leur gratitude.

## **Vœux et signature de l'alliance**

Les cérémonies plus élaborées peuvent comprendre des énoncés de vœux ou une alliance écrite. La mère biologique, le père biologique et la mère et le père adoptifs peuvent chacun lire leurs vœux envers l'enfant

rédigés à l'avance. Les promesses peuvent comprendre de toujours agir dans les meilleurs intérêts de l'enfant et de demeurer engagés dans la prière.

Une extension des vœux, l'alliance peut servir de rappel durable des engagements énoncés ce jour-là. La signature de l'alliance devrait être attestée par la personne présidant à la cérémonie. Plusieurs copies (typiquement sur du papier décoratif) peuvent être faites ; une pour chacun des parents biologiques et un autre pour le couple adoptif.

## **LA REMISE DE L'ENFANT**

Souvent le dernier et le plus intense moment d'une cérémonie, la remise de l'enfant par la mère biologique est un geste symbolique poignant. En raison de la nature émotionnelle de ce geste final, la mère biologique peut demander que toutes les personnes, à l'exception du couple adoptif, quittent la pièce. La femme et les nouveaux parents de l'enfant peuvent alors échanger leurs mots ultimes en privé.

Les détails logistiques de la remise de l'enfant devraient être discutées à l'avance. Le geste se fera-t-il sur scène ou au sein du groupe? L'enfant sera-t-il remis à la mère adoptive ou au père adoptif ? Que fera la mère biologique le moment que ses mains seront vides ? Qui quittera en premier : les membres de l'assistance, la mère biologique ou le couple adoptif ? La mère biologique peut évaluer s'il ne serait pas moins traumatisant pour elle de quitter en premier et ainsi d'éviter la vue de son enfant se faisant emporter.

## **LÉGER GOÛTER OU CÉRÉMONIE DE THÉ**

Dans certains cas, le traumatisme de quitter l'hôpital après la remise de l'enfant peut être évité ou atténué par la perspective d'une réunion sociale par la suite. Comme c'est le cas pour des funérailles ou un mariage, la fraternisation autour d'un goûter peut fournir l'occasion d'un soulagement émotionnel après les moments intenses d'une cérémonie.

## **SOLUTIONS DE RECHANGE UNIQUES**

Une quantité remarquable de créativité peut être incorporée dans la cérémonie d'adoption. Mères biologiques, couples adoptifs et officiants vont souvent transformer une cérémonie traditionnelle en une expérience unique.

Dans certains cas, les participants intégreront des traditions familiales dans leur cérémonie. Sachant la signification que renferment les noms, par exemple, une femme pourrait inclure le fait de nommer son enfant dans sa cérémonie. Typiquement, l'enfant est tout d'abord nommé par sa mère biologique puis

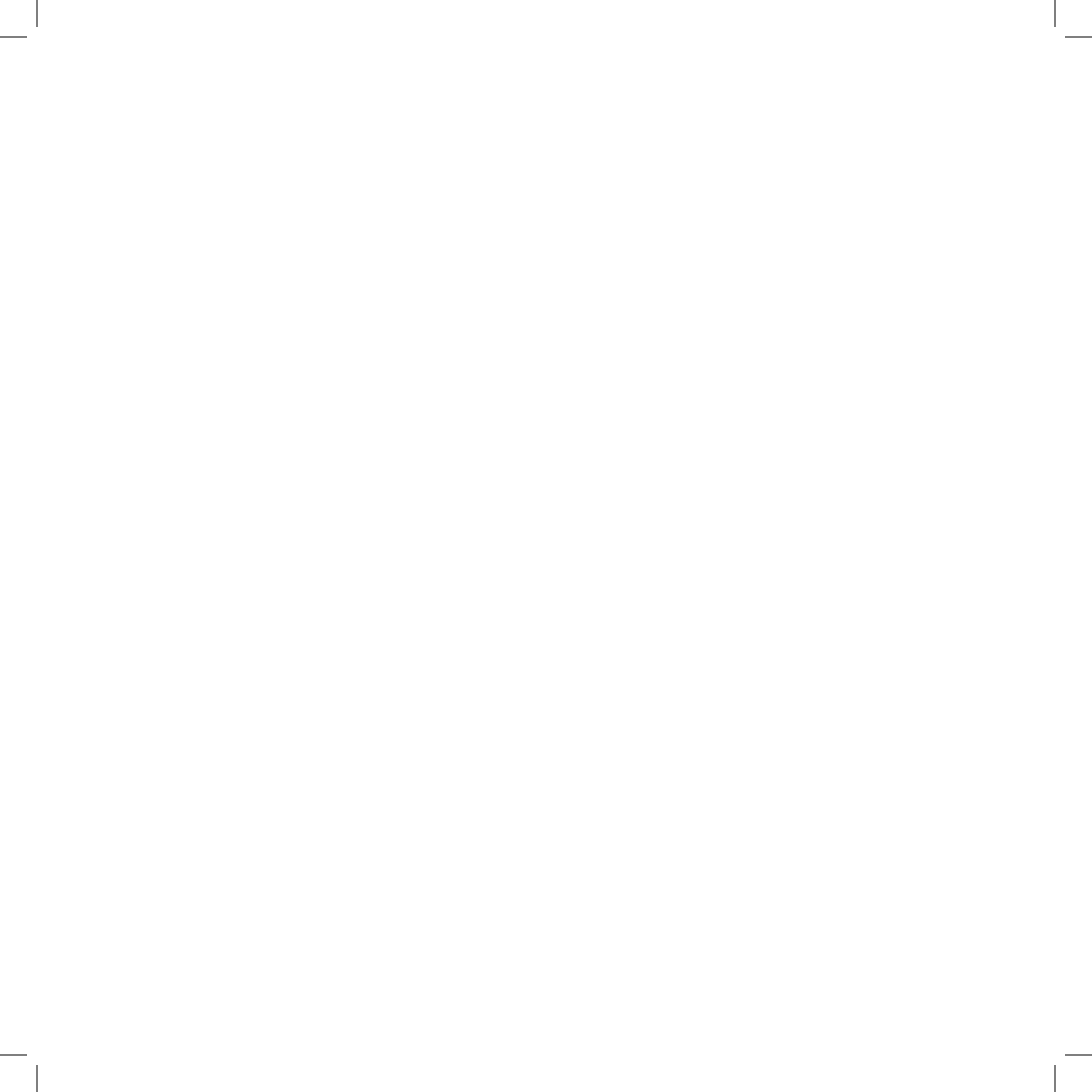
on lui donne le nom choisi par le couple adoptif. Dans certains cas, le couple adoptif rendra un honneur spécial à la mère biologique, incorporant son nom dans celui de l'enfant.

## **PRÉPARATION DU COUPLE ADOPTIF**

Au cours de la cérémonie d'adoption, les parents adoptifs seront confrontés directement à la douleur de la mère biologique. Dans un moment intensément inconfortable, ils ne pourront échapper le fait qu'au moment où leur rêve se réalise, celui d'une autre personne s'évanouit. Puisqu'une cérémonie d'adoption est si inusitée, les parents adoptifs peuvent se sentir bien au dépourvu quant à leur façon d'agir. Avec la permission de la mère biologique, une conseillère peut rencontrer le couple afin de les préparer à l'avance.

La conseillère doit accentuer le fait que la cérémonie d'adoption est tenue en l'honneur de la mère biologique. Les parents adoptifs ne devraient pas tenter de ramener l'attention à leur nouveau poupon. Ce qui est encore plus important, c'est qu'ils évitent d'être arrogants ou affirmatifs, mais qu'ils laissent respectueusement à la mère biologique temps et espace. Au cours d'une cérémonie, la mère biologique éprouvait une grande difficulté à remettre l'enfant dans les bras de ses nouveaux parents. Au lieu de se rapprocher et d'étendre ses bras, la mère adoptive s'est retirée complètement et a attendu que la femme recouvre sa sérénité. Puis, après la cérémonie, la mère adoptive a remis l'enfant dans les bras de la mère biologique avec une bouteille de lait chaud. Son geste délicat a transmis le message qu'elle n'abandonnerait pas la mère biologique et que la relation ne prendrait pas fin.

Le couple adoptif devrait être encouragé à apporter un cadeau à présenter à la mère biologique. Même une chose aussi simple qu'une carte sera significative, puisque les gens reçoivent rarement des bénédictions écrites. Les parents adoptifs recevront un cadeau inestimable le jour de la cérémonie d'adoption. En adoptant une disposition de soutien et de sensibilité, ils peuvent reconnaître ce cadeau, contenant leur joie de sorte à vivre avec compassion une parcelle de la souffrance de la mère biologique.



## CHAPITRE 4 : LE DEUIL POST-ADOPTION

Le soutien post-adoption est beaucoup moins courant que le soutien post-avortement. Il s'agit là d'une erreur tragique car les femmes qui confient leur enfant en adoption retardent leur deuil, et celui-ci se complique davantage avec le temps qui passe. L'on doit commencer à reconnaître que le deuil post-adoption est un deuil unique et isolant qui est très peu souvent reconnu ou compris.

Le deuil est facile à ignorer. Une conseillère peut facilement s'emporter dans l'excitation d'une adoption, voyant la joie qu'une nouvelle vie apporte à un couple sans enfants et reconnaissant les bienfaits que la mère biologique et l'enfant récolteront de l'adoption. La mère biologique elle-même insistera souvent que tout va bien et qu'elle n'a aucun regrets.

Quelle que soit la solidité de sa décision, une femme éprouvera inévitablement un deuil intense et confondant. Elle aura vécu les émotions intenses liées au fait de mettre au monde un nouvel être humain, et la joie grisante d'avoir donné à un couple adoptif un cadeau incomparable. En même temps, elle deviendra submergée par le besoin instinctif de mater un enfant qui est maintenant absent. Une femme ayant perdu un époux décrira l'étrange sensation de ne pas avoir son partenaire à ses côtés dans le lit et le besoin de ne pas laver la taie d'oreiller de son époux afin de préserver sa senteur. Pareillement, une femme qui a porté un enfant à terme et qui a chambré avec lui à l'hôpital, le tenant constamment, ressentira un sentiment de perte déconcertant. À un moment où elle devrait être préoccupée à satisfaire les besoins de son poupon, elle aura à la place du temps de trop sur les mains. Son besoin de récupération physique limitera sa capacité de se distraire. Les mécanismes de compensation habituellement accessibles pour traiter avec le stress et les dérangements émotifs, comme par exemple l'exercice ou le sport vigoureux, peuvent ne plus être envisageables.

La plupart des femmes obtiennent du soutien les trois premières semaines suivant l'adoption. Toutefois,

dans un effort mal éclairé de sensibilité, les personnes qui assistent ces femmes cessent de parler de la perte qu'elles ont vécue. Or, c'est à ce stade, plus que jamais, qu'on doit demander sincèrement à la femme comment elle se sent. Une conseillère qui comprend le processus de deuil peut souvent être un appui quand les autres, par ignorance ou un désir d'éviter la souffrance, manquent à la tâche.

## **LE DEUIL AU FIL DU TEMPS**

S'il est vrai que chaque femme a des questions uniques en lien avec sa grossesse et utilisera ses moyens d'adaptation personnels pour composer avec la douleur, il existe des jalons communs dans le processus de deuil. La majorité des femmes, lorsque conseillées adéquatement, éprouvera des réactions prévisibles au cours des étapes suivantes de leur grossesse et de l'adoption :

### **Le troisième trimestre**

Vers environ sept mois de grossesse, une femme commencera à reconnaître que la grossesse qu'elle croyait infinie tire à sa fin. En même temps, l'enfant en croissance qu'elle porte commencera à prendre pour elle l'apparence d'un bébé bien réel et non plus un simple concept abstrait. Une femme éprouvera une peine intense au cours de ces moments doux-amer pendant lesquels elle désire ardemment que la grossesse se termine sur le plan physique tout en souhaitant, sur le plan émotif, retarder la séparation inévitable de son enfant.

Les personnes qui rencontrent la mère biologique à cette étape vont fréquemment interpréter sa peine comme une indication qu'elle ne devrait pas confier son enfant en adoption. En fait, une femme qui commence à vivre son deuil avant la fin de la grossesse aura plus de probabilité de mener à terme son plan d'adoption qu'autrement. Le deuil à venir sera allégé alors qu'une femme qui demeure dans le déni à ce stade aura un plus gros obstacle émotif à surmonter.

Une conseillère efficace utilisera ce temps pour informer la mère concernant le processus du deuil dans son ensemble car la femme sera moins émotif que par la suite. Une idée du deuil devrait lui être impartie régulièrement et la femme devrait être encouragée à élaborer des stratégies dans le but de composer avec les bouleversements à venir. Si les amis et collègues ne sont pas informés de sa décision de confier son enfant en adoption, la mère biologique devrait les avertir à l'avance. Elle devrait aussi avoir la permission d'être fière de sa grossesse, car les mères biologiques sentent souvent qu'elles n'ont aucun droit de se sentir ainsi parce qu'elles ne seront pas parent.

## **L'ACCOUCHEMENT**

Immédiatement après l'accouchement, une femme éprouvera une poussée d'adrénaline et un sentiment d'euphorie. À ce point, il se peut que son plan d'adoption ne semble plus tenir la route. Si elle n'a pas

de doutes, toutefois, elle ne verra probablement pas la nécessité de vivre un deuil. Son haut émotif la convaincra peut-être qu'elle maîtrise la situation et ses émotions, et que son noble geste ne peut avoir de côté négatif.

La conseillère devrait mettre en garde la mère qu'un point de dépression important suivra très rapidement ce haut émotif. On devrait aussi lui donner la permission de s'effondrer une fois l'euphorie passée. Si une femme n'a reçu que des louanges pendant son moment de joie, il se peut qu'elle se sente obligée de fabriquer une façade joyeuse une fois la joie authentique passée. Si on l'a encouragée à envisager sa douleur, combien aigüe soit elle, celle-ci aura plus de chances de vivre une récupération réussie.

### **Les trois jours post-partum**

Trois jours après l'accouchement, une femme peut éprouver une réaction négative intense, tant sur le plan physique qu'émotionnel. Ce sentiment d'être complètement submergée peut durer jusqu'à trois semaines. La femme devrait être avisée à l'avance que sa conseillère sera une présence continue pendant cette période et deviendra presque une nuisance si la femme évite ses appels ou n'honore pas ses rendez-vous. Ce message peut être transmis avec humour tant que la démonstration sous-jacente de soutien en ressorte clairement.

La peine est essentielle à ce stade. Une conseillère n'est aucunement une masochiste qui souhaite que sa cliente endure la souffrance pour le simple « plaisir » de la chose. Cependant, la seule façon de manœuvrer dans le deuil est d'affronter la douleur directement ; il n'y a pas de raccourcis. La peine ne peut pas être repoussée indéfiniment ; on doit la traiter. Une des meilleures façons d'encourager la femme à vivre sa peine est peut-être de montrer l'exemple, en partageant la souffrance de la mère. Une conseillère qui voit et tient le poupon comprendra mieux le sacrifice de la mère, la personne qu'elle laisse aller. Les conseillères ne sont pas obligées à la retenue émotionnelle, où de demeurer de marbre ; elles peuvent se permettre de pleurer avec la mère. Il est capital, toutefois, de continuer à offrir de l'espoir, de l'espoir que la peine s'atténuera et que la douleur mènera à la croissance personnelle.

Une façon pratique pour la mère de commencer à composer avec sa douleur est de raconter l'histoire de la naissance de son enfant. Dans une pratique commune à de nombreuses cultures, les femmes ont toujours échangé entre elles, dans les détails les plus vifs, le témoignage des expériences, tant glorieuses que difficiles, liées à leur accouchement. Un homme se sentirait faiblir s'il venait à entendre une discussion explicite concernant les interventions médicales pratiquées, le nombre d'heures de travail que les femmes ont enduré et combien elles ont souffert au cours de celles-ci ; l'ampleur des lésions ; quelles infirmières étaient angéliques et lesquelles étaient lamentablement incompetentes ; et les aléas de leurs premières tentatives d'allaitement. Ces contes de guerre et d'héroïsme aident les femmes à surmonter le traumatisme de l'accouchement. Le fait qu'une femme ait confié son enfant en adoption ne devrait pas lui enlever son droit de participer à ce rituel universel.

Lorsque des groupes de femmes se forment et que les sujets de conversation convergent vers l'accouchement, les femmes ayant confié leur enfant en adoption souvent se sentent dépourvues du droit de participer à la conversation. Une femme qui est consciente qu'elle peut légitimement porter le titre de mère peut préfacier ses commentaires avec une affirmation comme « Lorsque j'ai eu Daniel, l'enfant que j'ai confié en adoption, je me sentais de la même façon avec mon médecin. » Si elle peut livrer cette phrase avec confiance, soit qu'il n'y aura presque pas de pause dans la conversation, soit qu'on lui posera des questions concernant le processus de l'adoption (questions pour lesquelles elle peut se préparer). Elle ne devrait jamais sentir qu'elle doit prétendre qu'elle n'a pas eu d'enfant !

### **De trois à six mois**

À ce stade du processus du deuil, la plupart des femmes vont observer un changement frappant : elles ne sont plus consommées par des pensées concernant leur enfant. Jusqu'à ce moment, presque toutes les minutes d'éveil auront été passées à penser à leur enfant ou à l'accouchement, surtout que la récupération physique aura été un rappel incontournable des deux. Une mère passera de l'étape où elle se demande si un jour elle arrivera à ne pas passer la matinée entière à penser à son enfant à l'étape où elle aura un peu de répit. Ironiquement, sa première réaction ne sera pas le soulagement, mais un intense sentiment de culpabilité. Elle craindra ne plus aimer son enfant.

Le premier jalon de la récupération dans le deuil devrait être célébré et non être une raison de se sentir inadéquate. Les groupes de mères biologiques peuvent être un excellent endroit pour les femmes de déclarer fièrement qu'elles ont passé tout un avant-midi, ou même une journée entière, sans être fixée sur l'adoption. Les conseillères doivent prendre soin de discerner, toutefois, entre une mère qui a passé une étape de récupération monumentale et une mère qui a tout simplement évité le processus de deuil. Une femme qui a travaillé ou étudié de façon obsessionnelle, évitant ainsi de penser à son enfant par l'activité frénétique, réalise, dans les faits, très peu de progrès.

À ce stade du processus de deuil, une conseillère peut commencer à faire ressortir les rêves de la femme pour l'avenir. Au troisième mois, une mère biologique devrait avoir commencé à surmonter la léthargie créée par sa récupération physique et son deuil. Si elle ne commence pas à reprendre une vie normale, au travail et dans les activités sociales, sa conseillère peut commencer à l'encourager en ce sens. En identifiant ses objectifs, la femme peut retrouver espoir et recommencer à vivre.

On devrait fortement recommander aux femmes de ne pas tenter de remplir leur bras vides en s'engageant dans une relation romantique. En sentant la vulnérabilité d'une mère biologique, des hommes mal-assortis peuvent être attirés vers elle. Elle peut aboutir avec un « sauveur », un type d'homme qui interagit mieux avec les femmes dépendantes. Si engagée dans une relation malsaine, ou même dans une relation positive, une femme repoussera son deuil pour donner priorité à ses sentiments romantiques. Afin de combattre



ce problème, une conseillère recommande aux mères biologiques d'attendre une année entière avant de s'engager dans une relation intime. Lorsqu'une mère proteste qu'elle a rencontré « l'homme de sa vie », la conseillère lui rappelle que l'homme en question ne sera pas découragé par un certain temps d'attente. En effet, maintenir une relation platonique et vivre son deuil serait un atout pour son avenir.

### **De six mois à un an**

Pour bon nombre de femmes, l'étape de six mois à un an est principalement positive. Une mère biologique commencera à reconnaître comment l'expérience d'avoir eu un enfant et de l'avoir confié l'a changée. Elle sera en mesure d'identifier sa croissance intérieure et de nommer certaines forces de caractère. Si elle a travaillé son deuil, elle sera capable d'assumer une nouvelle identité, une identité dont elle est pleinement propriétaire en raison de son expérience d'adoption.

Avec la prise de conscience de changements remarquables vient un autre type de peine. À ce stade, les mères biologiques ne pleureront pas uniquement la perte de leur enfant mais aussi la perte de l'enfant qu'elles étaient. Ayant compris la souffrance, elles vont poser un regard différent sur le monde. Certaines amitiés, jadis significatives, pourront leur sembler superficielles. Une mère exaspérée s'est plainte à sa conseillère : « Mes amis sont ennuyeux ! Tout ce qu'ils veulent faire c'est aller au bar et parler de choses insignifiantes ! ».

Une conseillère devrait affirmer la croissance qu'elle observe chez la mère, claironnant celle-ci pendant cette étape. Des signes spécifiques de maturation peuvent être mis en relief, et si la femme a abandonné certaines mauvaises habitudes, elle devrait en être félicitée. Elle devrait aussi être préparée pour la prochaine étape à venir.

### **Le premier anniversaire de bébé**

L'anniversaire de naissance de l'enfant, et les jours le précédant, est un moment de douleur importante. L'intensité de l'émotion qu'une mère peut ressentir peut la convaincre qu'elle régresse, retombant dans la peine intense des trois premiers mois après l'adoption. En même temps, la mère commencera également à reconnaître certaines difficultés qu'elle devra affronter au fur et à mesure qu'elle avance. La transition comporte en partie le fait de devenir plus qu'une mère biologique, identité à laquelle elle s'est accrochée au courant de l'année écoulée. Au lieu d'acquérir du caractère par la souffrance, elle doit maintenant mûrir sans un tel catalyseur de croissance. La réalité prosaïque de la vie normale, autrement dit, commencera à s'installer.

À ce stade du processus de deuil, on devrait rappeler à la mère que les fluctuations émotionnelles sont normales. On devrait également lui assurer que son identité ne se fonde pas uniquement sur sa position en tant que mère biologique mais que sa personne et sa personnalité sont aussi bien distinctes de l'adoption.

## **La deuxième année et la suite**

Le processus de deuil dure typiquement un minimum de deux ans. Les souvenirs doux-amer durent beaucoup plus longtemps. Toutefois, une femme qui vit son deuil atteindra un point dans son aventure auquel l'adoption deviendra une cause de célébration plus que de tristesse. Une mère biologique a envoyé à sa conseillère une lettre bien évocatrice de cette réalité au cinquième anniversaire de son enfant. « Son cinquième anniversaire est passé, a-t-elle écrit. Ce jour-là, j'ai sorti mes photos et mon vidéo d'elle et je lui ai parlé au téléphone. Mais cette année, au lieu de pleurer, j'ai souri. Pas parce que je ne voulais pas sentir de douleur mais simplement parce qu'il n'en restait vraiment pas. Toutes les années de deuil de la perte de ma petite fille et la perte de ma maternité ont passé. Je suis simplement vraiment heureuse pour la petite fille qui est dans ma vie. »

Comme la femme arrive à un état de résolution, la présence de sa conseillère peut commencer à s'estomper. Avec le temps, la conseillère peut encourager la mère à venir pour une mise au point occasionnelle, au lieu de tenir des rendez-vous réguliers. Bien que la relation puisse se poursuivre pendant des années, surtout quand des grossesses subséquentes éveillent d'anciennes émotions, celle-ci changera inévitablement. Une conseillère peut devenir comme une bonne amie, et la mère, une paire.

## **LES CINQ VISAGES DU DEUIL**

La recherche actuelle offre des modèles variés pour dépeindre la gamme d'émotions qu'une personne en deuil peut vivre. La présente section est fondée sur un des modèles plus traditionnels en raison de sa simplicité. Selon celui-ci, le deuil s'exprime fondamentalement de cinq façons : la dénégation ; le marchandage ; la colère ; la dépression ; l'acceptation.

Une femme peut vivre ses étapes du deuil dans n'importe quel ordre, en passant de l'une à l'autre plus d'une fois. Une conseillère peut être perplexe de découvrir qu'une cliente qui a atteint un point d'acceptation une journée rechute dans la dénégation le jour d'après. Toutefois, ces transitions seront moins déconcertantes une fois qu'elles sont reconnues et comprises. Afin d'aider une femme à traiter ses émotions, une conseillère devrait examiner plus d'un modèle du deuil, recueillant le plus d'information possible.

### **Dénégation**

Une mère biologique qui est dans la phase du déni peut aisément duper une conseillère malavisée. Elle déclarera ouvertement que l'adoption est merveilleuse et que toute femme dans ses années de procréation devrait envisager de confier son enfant en adoption. Agissant comme la « bonne fille », la femme insistera que tout va bien et louangera l'enfant et la famille adoptive à répétition. En d'autres mots, le monde que la mère crée verbalement est une utopie, un endroit sans défauts qui ne colle pas à la réalité.

Une conseillère peut être tentée de prendre les paroles de la femme pour la vérité. La joie est, après tout, beaucoup plus facile à porter que le deuil cru. Les conseillères et les proches soutiennent souvent le déni d'une femme, en affirmant sa décision et sa force de caractère tout en évitant avec soin de poser des questions qui pourraient faire éclater la bulle.

La dénégation a d'autres guises également. Une femme peut approcher la vie à une cadence frénétique, faisant preuve d'une éthique de travail féroce ou effectuant des changements de vie énormes.

D'autres femmes évitent le deuil au moyen de l'alcool, des drogues ou des fêtes afin d'assourdir leurs émotions. Les résultats peuvent être dévastateurs : certaines mères biologiques deviennent enceintes de nouveau. Ironiquement, les proches encouragent souvent ce genre de comportement, croyant que la mère biologique mérite de se payer « du bon temps ».

Une conseillère ne devrait pas tenter de briser la dénégation de la mère mais devrait plutôt doucement vérifier avec elle quand celle-ci affirme que tout va bien.

### **Marchandage**

Une femme à l'étape du marchandage créera des scénarios fantastiques, envisageant le retour de son enfant par des circonstances miraculeuses. Elle peut souhaiter le décès du couple adoptif par un accident de la route. Elle peut jeter ses espoirs dans la loterie, croyant que même si elle est pratiquement sans le sous et dans un emploi sans avenir, elle aura bientôt les moyens de prendre soin de son enfant. Une mère peut voir un certain potentiel dans un ami de cœur qui l'a abandonnée ou croire qu'une transformation miraculeuse viendra taire ses tendances abusives. En somme, elle espérera contre toute espérance d'être réunie avec son enfant et de former une famille harmonieuse.

Une conseillère peut soutenir une mère au cours de l'étape du marchandage en l'aidant à percevoir sa situation de façon réaliste. Si elle s'apprête à prendre des mesures extraordinaires ou irrationnelles afin de reprendre son enfant, on doit lui recommander fortement de reprendre conscience des raisons originales pour lesquelles elle a décidé de confier son enfant, et de déterminer si et comment sa situation aurait changé depuis. Le bien-être de son enfant devrait être rappelé à répétition. Si elle a eu recours à l'adoption pour offrir à son enfant les bénéfices d'une famille avec deux parents, on peut lui rappeler, le cas échéant, qu'elle est toujours célibataire ou que l'homme qu'elle fréquente n'est pas fait pour être père ou n'as pas encore démontré qu'il pouvait l'être. Enfin, la mère agitée devrait être encouragée à ne pas prendre de décision impulsive mais plutôt de laisser passer un certain temps avant de prendre action. Même vingt-quatre heures peuvent l'amener à un calme suffisamment pour considérer ses options de façon rationnelle.

Si la mère peut encore légalement changer d'idée et semble rationnelle, on devrait lui demander si elle envisage sérieusement d'être parent. Dans certains cas, il se peut qu'elle s'ennuie simplement de son enfant et elle en viendra éventuellement à la conclusion qu'elle ne veut pas vraiment devenir sa mère à temps plein. Toutefois, si une femme est convaincue que sa décision de confier son enfant en adoption est une grave erreur, sa conseillère doit lui offrir le plein soutien moral et la pleine guidance voulue pour l'aider à prendre la décision de demander au couple adoptif de retourner l'enfant.

Il est impératif que ce soit la mère biologique qui présente le couple, qui demande de l'aide juridique et professionnelle, et qui compose avec les ramifications de sa décision. Si elle n'a pas les compétences requises pour se sortir de l'adoption, il est improbable qu'elle ait les compétences requises pour être un parent efficace.

Après une longue discussion avec une mère remettant sérieusement en question sa décision de faire adopter son enfant, sa conseillère lui a donné une liste de dix choses à faire sur le champ. Les tâches étaient complexes mais la femme est revenue le lendemain ayant accompli chacune d'entre elles. Reconnaisant que la mère était disposée à faire le nécessaire pour se soustraire de l'adoption, la conseillère a célébré sa décision avec elle et a débuté un cours accéléré d'éducation d'un enfant. Elle a continué à rendre clair que la mère pouvait changer d'idée encore, même après avoir été parent pendant un certain temps. Toutefois, la conseillère a également rendu clair que le couple adoptif pourrait ne pas vouloir adopter son enfant en raison des bouleversements émotionnels liés à la perte initiale de l'enfant. La mère a compris que si elle changeait encore d'idée, elle aurait peut-être à choisir un nouveau couple.

## **Colère**

La colère est la forme de deuil la plus facile à identifier : son intensité et son authenticité sont immanquables. Cette émotion peut également laisser le plus perplexe, souvent irrationnelle ou déclenchée par l'irritation la plus banale.

La colère est souvent dirigée vers la mère adoptive parce qu'elle est perçue comme la remplaçante de la mère biologique et la source de compétition la plus importante. Les conseillères peuvent également subir une bonne part de cette colère, puisqu'elles facilitent l'adoption qui est la source d'une immense douleur. Une conseillère bien reçue au départ peut devenir une mécréante, dans l'esprit de la mère biologique, une ennemie dont le moindre geste est mal-interprété.

Les pères biologiques, bien sûr, évitent rarement l'indignation de leur partenaire. Après la naissance, la colère d'une femme envers un homme absent s'enflammera, même si la relation a été rompue avant que la grossesse n'ait été découverte. Si le couple est demeuré ensemble, la mère biologique pourra quand même en vouloir au père biologique, se sentant grandement irritée qu'il ne soit pas autant endeuillé qu'elle.

Bien que la colère soit normale et saine, il faudrait mettre la mère en garde que ce qu'elle en fait peut colorer de façon irrémédiable le processus de l'adoption. Si elle rédige une lettre blessante à l'intention du couple adoptif, dénonce une amie de longue date, ou isole un père biologique qui lui est favorable, elle récoltera les conséquences de ses actes. Il serait peut-être sage que la mère apporte à sa conseillère toute lettre qu'elle aurait écrite avant de la transmettre. Après une révision peut-être importante, le résultat final sera une expression constructive de ses émotions, et non pas un déchaînement amer qui repoussera son destinataire.

Lorsqu'aux prises avec sa colère envers le père biologique, la mère a besoin de savoir que le deuil est une expérience qui varie selon les personnes. L'homme pleure la perte de son enfant à sa façon et celui de sa partenaire peut le laisser perplexe. La mère ne peut pas s'attendre à ce que le père de son enfant assume le rôle de sa meilleure amie.

Si une mère cherche une bonne résolution à une relation sentimentale terminée dans des circonstances déplaisantes, on devrait l'encourager à examiner ses motifs. Chercherait-elle à se venger, à s'affirmer ou cherche-t-elle vraiment à faire la paix ? Les femmes qui confrontent un ancien ami de cœur pour les mauvaises raisons sont souvent blessées de nouveau. Les chances qu'un homme se repentisse de ses anciennes erreurs, louange la femme pour sa force de caractère et déambule avec elle au soleil couchant avec bébé dans les bras sont évidemment assez minces.

On peut également donner aux mères des moyens de ventiler leur colère physiquement. Frapper avec un bâton de baseball dans un matelas peut apporter un soulagement considérable. D'autres obtiennent un résultat semblable en courant jusqu'au sommet d'une côte et en criant à pleins poumons. La conseillère peut devoir rassurer la famille horrifiée de la mère que ses agissements non civilisés sont vraiment une saine expression de son deuil et non un symptôme de dérangement mental.

## **Dépression**

Si une femme disparaît pendant des semaines, sa conseillère peut raisonnablement présumer qu'elle est entrée dans la phase dépressive. Elle pourra dégringoler émotionnellement, en mangeant peu ou à l'excès, éprouvant des difficultés à dormir et souffrant de léthargie. Elle pourra accorder que très peu d'énergie au maintien de son apparence et pourra référer à sa personne en termes condescendants. Une mère peut également être sujette à se mortifier dans sa misère, ne parlant que de l'adoption et de rien d'autre.

Une conseillère devrait observer avec soins la mère à cette étape, demeurant présente malgré les tentatives de la mère de l'éloigner. Si une mère glisse du deuil normal dans ce qui semble être la dépression postpartum pendant une période prolongée après la naissance, une intervention médicale peut être requise. Certaines femmes aux prises avec la dépression postpartum sévère peuvent même souffrir d'épisodes de paranoïa, entendant des voix ou entretenant des suspensions bizarres.

Pour soutenir une mère pendant cette étape difficile du deuil, une conseillère peut assumer un rôle maternel. Des questions concernant la santé de la mère serviront de rappel de prendre soin d'elle. On devrait lui demander si elle mange bien (avec suffisamment de protéines au lieu de se surcharger de restauration rapide), si elle s'hydrate adéquatement, si elle prend des marches quotidiennes et si elle sort de la maison régulièrement. Même se coiffer ou se maquiller peut servir de remontant.

En cas de dépression sévère, la conseillère a la responsabilité de référer la mère à son médecin. Si celle-ci refuse, en menaçant de se suicider en quittant, elle devrait être accompagnée à l'hôpital. Si elle continue de résister, il faut menacer d'appeler la police. Une femme résistera rarement à une forme d'aide quelconque, parce qu'elle aussi sera inquiète de son sort.

### **Acceptation**

Une femme a atteint l'acceptation quand elle peut exprimer son amour et son bonheur pour l'enfant tout en investissant du temps et de l'énergie dans sa propre vie. Elle sera capable d'être objective, identifiant les choses qu'elle n'a pas aimées du processus d'adoption mais confirmant qu'elle a pris la bonne décision. Il se peut qu'elle vacille, revisitant son deuil pendant les périodes plus stressantes de sa vie, mais son deuil aura touché à toutes les étapes voulues.

L'entrée d'une femme dans ce stade devrait être célébrée. Une conseillère peut graduellement commencer à changer le ton de la relation, déplaçant les rencontres du Centre à des endroits publics comme un restaurant ou un café. Le rôle de la femme changera aussi : elle pourra commencer à agir comme mentor pour d'autres mères biologiques. Les mères biologiques ont souvent l'étoffe de conseillères exceptionnelles auprès de leurs pairs.

## CHAPITRE 5 – LES JOURS SPÉCIAUX

En traitant avec les femmes, les conseillères doivent reconnaître que certains jours sont particulièrement difficiles pour les mères biologiques, alors que d'autres sont spécialement joyeux. La Fête des mères, la Fête des pères, Noël et le premier anniversaire de naissance du bébé peuvent déclencher des émotions compliquées, parfois en lien avec l'adoption et aussi l'enfance de la mère même. Les dates liées à l'adoption, y compris le jour de la cérémonie d'adoption, les jours qui ont précédé la finalisation de l'adoption et la date en cours peuvent être particulièrement douloureuses. Même des dates apparemment non reliées comme l'Action de grâces ou les célébrations des anniversaires de naissance de neveux et nièces, peuvent causer une réaction inattendue. Au lieu de simplement accepter les sauts d'humeur de la femme, la conseillère devrait préparer celle-ci pour les jours difficiles et célébrer avec elle les occasions significatives.

Les femmes qui peuvent identifier les journées les plus difficiles pour elles peuvent élaborer des stratégies pour traiter leur deuil. Pour certaines, prévoir du temps pour passer à travers leur boîte de souvenirs peut s'avérer guérisseur ; d'autres préféreront se rendre dans un parc pour rédiger leur journal. La mère devrait être encouragée à faire quelque chose pour elle-même pour commémorer les événements spéciaux. Elle ne devrait pas avoir honte de s'acheter des fleurs, par exemple, ou d'acheter quelque chose qui lui rappelle spécifiquement son enfant. Elle devrait chercher à célébrer cette journée au lieu de la voir seulement comme une occasion de peine. Les jours qui suivent font partie de ceux qui sont le plus souvent liés à de la peine et de la joie pour les mères biologiques :

### **La finalisation de l'adoption**

La finalisation de l'adoption est habituellement une fin anti-climatique à une expérience émotionnellement chargée. Ce qui a débuté comme une grossesse difficile à assumer s'est rapidement transformé en

l'expérience accaparante de porter l'enfant, puis le moment extatique de rencontrer cette personne pour la première fois. La cérémonie d'adoption représentait également des difficultés et des joies particulières. Pour chacune de ces occasions, la mère biologique était en position de pouvoir et le centre de l'attention. Le jour de la finalisation de l'adoption en cour, tout change : elle perd son pouvoir juridique ; il se peut qu'elle se trouve marginalisée ; et elle n'aura plus de gros événement à planifier ou envisager. Son identité, jadis axée sur l'adoption, doit être reconstruite.

Si la femme désire être présente en cour, elle devrait être encouragée à ce faire, si la loi de sa juridiction le lui permet. Le couple adoptif devrait être averti à l'avance de sorte que la présence de la mère biologique ne crée pas chez eux la crainte qu'elle ait changé d'idée. Dans certains scénarios d'adoption ouverte, les parents adoptifs et la mère biologique célébreront ensemble cet événement par la suite, par exemple en allant au restaurant ou en passant du temps ensemble avec l'enfant dans son nouveau foyer.

Les femmes devraient être préparées pour l'expérience en cour : si elle est préparée pour un « dégonflement » émotif, elle trouvera l'expérience moins traumatisante. Elle pourra s'imaginer un processus long et élaboré alors que la finalisation de l'adoption ne constitue habituellement qu'une simple formalité accomplie en quelques minutes. Les femmes entrent souvent la salle d'audience pour en sortir en quelques moments, se sentant désillusionnées et déplacées. Puisqu'elles peuvent alors se sentir abandonnées, la conseillère devrait réitérer que le centre de soutien à l'adoption continuera de la soutenir et de la conseiller.

### **La journée de la mère biologique**

La Journée de la mère biologique, tenue le samedi précédent la Fête des mères, n'est pas encore largement reconnue. Les centres de soutien à l'adoption devraient donc promouvoir l'occasion, reconnaissant les mères biologiques en tant que mères et célébrant la nature positive de l'adoption. Dans certains cas, les centres pourront saisir l'occasion d'éduquer le public concernant l'adoption, invitant les médias locaux à couvrir l'événement.

Pour plusieurs mères biologiques, le simple fait de reconnaître leur maternité les touchera grandement. L'expérience de porter un enfant transforme l'identité d'une femme, la sensibilisant à sa puissance innée exprimée par sa capacité de porter une vie. Prétendre qu'une mère biologique n'est pas une mère est la priver de sa nouvelle identité et nier qu'elle a vécu un rite de passage significatif. Le fait qu'une mère biologique ait donné naissance, et que, de façon aimable et responsable, ait choisi des parents pour son enfant, signifie qu'elle est qualifiée d'être appelée mère.

La Journée de la mère biologique est typiquement célébrée par les groupes de mères biologiques. Certains tiendront des dîners ou des brunchs, d'autres rassembleront les couples adoptifs et les mères biologiques pour célébrer. Certains choisiront de faire suivre un repas léger d'une série d'allocutions de la part de chacune des parties prenantes de la constellation de l'adoption : mère biologique, père biologique, mère



et père adoptifs, enfant adopté ; grand-parent biologique d'un enfant adopté. Ainsi, les membres de l'assistance peuvent saisir le portrait d'une adoption. Pour plusieurs femmes aux premiers stades de leur expérience, la peine de la journée est remplacée par de l'espoir pour l'avenir.

Si la femme vit tout de même de la peine, il s'agit de lui rappeler que même si elle souffre, elle a créé un enfant qui aura un effet positif sur de nombreuses vies. Il faut valoriser sa précieuse contribution.

### **Fête des mères**

À la Fête des mères, la mère biologique peut se sentir inadéquate, et la mère adoptive peut partager un sentiment similaire, pour sa part, ancré dans son incapacité de porter un enfant. Pour la mère biologique, construire des ponts peut alléger la peine que cette journée amène. Elle peut envoyer à la mère adoptive une carte la remerciant d'élever l'enfant et affirmant sa capacité comme mère.

Une conseillère peut envoyer une carte de Fête des mères à chacune des femmes qu'elle assiste. Le centre peut également célébrer l'occasion en tenant un dîner pour lequel chacune apporte un plat au cours de la rencontre la plus proche de cette date, ou en donnant à chaque femme une rose.

### **Fête des pères**

La Fête des pères a tendance à faire ressortir une panoplie de problématiques. Pour certaines femmes, elle met en évidence les déficiences de leur propre père. Certaines femmes auront opté pour l'adoption pour cette raison même : n'ayant pas eu de figure paternelle positive dans leur enfance, une femme peut s'être engagée précocement dans l'activité sexuelle, et une fois enceinte, avoir confié son enfant afin d'éviter une expérience semblable à son enfant.

Les pères biologiques, pour leur part, sont rarement célébrés à cette occasion. Plusieurs mères biologiques ont jadis rêvé d'un compte de cendrillon, croyant envers et contre tous que leur prince charmant déclarerait la grossesse inattendue une chance inestimable, et les emmènerait dans son château. En réalité, plusieurs mères biologiques sont abandonnées durant cette période de vulnérabilité et sont forcées d'accepter que leur vaillant chevalier est tout autre. Pour les femmes dont le partenaire peut qualifier pour la position moindre d'éclaireur, la déception peut toujours y être. Elles se lamentent souvent que le père biologique n'a aucun intérêt pour le merveilleux enfant qu'ils ont aidé à créer.

Si la relation de la mère avec le père biologique a été un tant soit peu positive, on peut l'encourager à lui envoyer une carte de Fête des pères. Elle peut également reconnaître le père adoptif. Elle doit être préparée à vivre une journée de peine et de réflexion, en prenant le temps de tenir son journal et en s'engageant dans des activités réconfortantes.

## **Noël**

Dans notre société, la fête de Noël est centrée sur les enfants et la famille. Pour ceux qui sont isolés ou qui ont encouru une perte, la pression de célébrer ne peut qu'exacerber le sentiment d'être inadéquat, la solitude et le deuil. Consciente de cette réalité, la conseillère doit proposer à la mère biologique de s'accorder la permission de ne pas être totalement dans la joie au cours de cette saison. Lorsque l'absence de son enfant la submerge, elle n'a pas à se sentir coupable de se retirer de sa famille et de ses amis pour passer du temps seule.

Tout en ventilant son deuil, la femme devrait également trouver des façons de célébrer. Elle pourra choisir de commémorer son enfant chaque année en achetant un ornement d'arbre de Noël. Chaque ornement peut correspondre à l'âge de l'enfant. Chaque année, un nouvel ornement peut être ajouté à un petit arbre mis de côté pour cette fin.

Si l'offre de cadeaux ne fait pas partie des communications négociées dans l'entente de communication avec le couple adoptif, les femmes peuvent aussi, par exemple, confronter leur blues de Noël en participant à une campagne pour aider les enfants démunis. Chaque année, elles peuvent placer sous l'arbre de Noël du Centre décoré du nom et de l'âge d'enfants démunis de la région un cadeau pour un enfant ayant le même âge que son enfant.

Si la mère sera seule pour Noël, sa conseillère devrait lui trouver une bénévoles avec qui passer le jour de Noël. Elle doit absolument être accompagnée, par une personne ou dans un groupe.

Pour certaines femmes, la perspective de passer Noël en famille peut être aussi déconcertante que de passer cette fête seule. Les attentes concernant le temps des fêtes devraient être discutées à l'avance, soit en groupe de soutien, soit en consultation privée. Les perceptions irréalistes devraient être mises en cause. Une mère biologique ne saura peut-être pas, par exemple, que beaucoup d'autres personnes trouvent le temps des fêtes extrêmement difficile. Le désespoir est très répandu ; ironiquement, le taux de suicide monte au cours de cette saison festive. Si la femme est consciente que selon la statistique, beaucoup de gens n'ont nulle part à aller à Noël, elle ne se sentira pas si seule.

Les conseillères peuvent tenir une fête de Noël pour les mères biologiques, donnant à chacune un cadeau donné par les églises locales ou d'autres commanditaires. Par exemple, une église donne aux femmes des bas de Noël confectionnés en courtoisie chaque année, un geste simple mais fort apprécié.

## **L'anniversaire de naissance de bébé**

De toutes les occasions, celle que la mère biologique ne manquera pas de célébrer est l'anniversaire de naissance de son enfant. Le couple adoptif doit reconnaître l'importance de cette journée et inclure la

mère biologique dans les festivités.

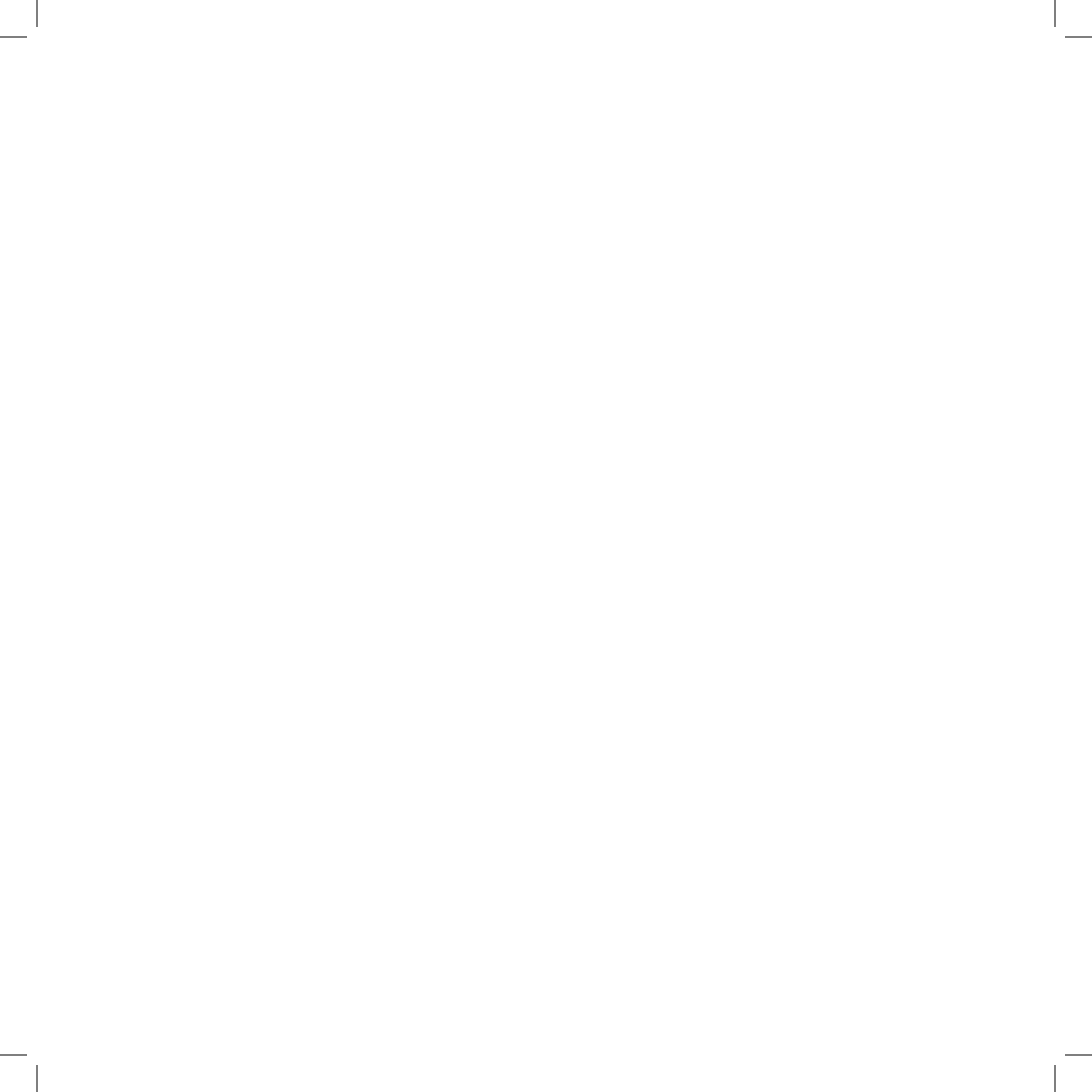
Autrement, la conseillère peut encourager la mère à célébrer séparément. Par exemple, elle pourrait cuire un gâteau et l'apporter au travail, honorant la journée, en expliquant, ou pas, le geste à ses collègues de travail, selon son bon gré.

La conseillère devrait tenir en registre la date d'anniversaire de naissance de chaque enfant et envoyer une carte ou un cadeau chaque année. Elle pourra aussi aviser la famille de la mère biologique de l'honorer le jour de l'anniversaire de naissance de son enfant. Une conseillère a surpris un groupe de soutien en cuisant un gâteau portant le nom de chaque enfant en glaçage bleu ou rose. Chaque femme a stratégiquement mangé le morceau portant le nom de son enfant.

### **Les rencontres familiales**

Pour les familles dysfonctionnelles, les rencontres sont typiquement compliquées. Le potentiel de se faire ignorer ou d'être incomprise est toujours là. La conseillère doit préparer la femme à l'avance. Plusieurs questions doivent être envisagées. Quels membres de la famille seront informés de l'adoption ? La mère informera-t-elle ceux qui ne sont pas au courant ? À quels genres de réponses peut-elle s'attendre ? Serait-il souhaitable d'éviter le rencontre ? Y a-t-il une politique familiale sous-entendue concernant les discussions franches et ouvertes : si une femme dérange l'ordre de fonctionnement d'une famille, s'exprimant avec assurance alors qu'on s'attend à ce qu'elle demeure muette, elle doit être prête à en assumer les répercussions. Briser la loi du silence d'une famille vaut-il tous les chambardements qui peuvent en résulter ?

Dans la plupart des cas, il n'est pas souhaitable de cacher l'adoption. Ne pas avoir à cacher l'adoption est source de soulagement pour la mère.



## CHAPITRE 6 – LES RÉACTIONS DES MEMBRES DE LA FAMILLE

L'influence de la famille de la mère biologique ne devrait jamais être sous-estimée. Même une famille avec des liens lointains peut faire basculer un solide plan d'adoption.

Il est souhaitable que la conseillère incorpore la famille de la mère biologique dans le processus de l'adoption. Si ceux-ci apprennent que le deuil de l'adoption est réel et significatif, ils auront moins tendance à minimiser sa peine. En outre, ils peuvent apprendre à identifier leurs propres réactions à cette perte. Il ne faut pas qu'ils négligent leurs propres sentiments dans le but de protéger la mère.

### **Le stade de la prise de décision**

La conseillère demandera à la mère comment les membres de sa famille pourraient, selon elle, réagir à la possibilité d'une adoption. De quelles façons pourraient-ils tenter de l'influencer ?

Si la femme a déjà parlé de la chose à sa famille, la conseillère peut tenter de l'aider à interpréter les réactions. Il se peut que la mère ne comprenne pas la réaction de certaines personnes, ou qu'elle ne soit pas en mesure de distinguer une affirmation verbale de sa décision et le message réel transmis par le langage corporel ou des indices verbaux subtils.

Si la femme envisage sérieusement l'adoption, elle devrait inviter les membres de sa famille à participer à une rencontre avec la conseillère. Ceux-ci peuvent être éduqués concernant le processus de l'adoption et rassurés que l'enfant obtiendra un foyer sécuritaire et bienveillant. On peut également les préparer aux réactions de la mère biologique.

Si un grand-parent, par exemple, soutient qu'il veut absolument prendre en charge l'enfant lui-même, on

peut le mettre en garde qu'il se peut que ce choix l'amène à devoir choisir entre sa fille et sa petite-fille, car en privant sa fille de sa capacité de choisir, il pourra se l'aliéner.

Même si les membres de la famille sont en faveur de l'adoption, on leur rappellera que le fait de prendre une distance et de laisser la conseillère discuter avec la mère des dures réalités d'être parent fera en sorte qu'ils auront de meilleures chances de conserver une bonne relation avec la mère lorsque viendront les pressions liées au deuil.

Dans le cas de mères adolescentes, les parents devraient être invités à préciser en termes concrets le genre de soutien qu'ils seraient prêts à offrir si la mère choisissait de garder son enfant.

Certains parents définiront leur soutien comme une promesse de permettre à la mère de demeurer chez eux, utilisant une chambre pour elle-même et une autre pour son enfant et de garder l'enfant une soirée par semaine et trois fins de semaine par année. Ils pourront, en retour, s'attendre à ce que leur fille achète les articles essentiels pour l'enfant, y compris les couches, la formule pour bébé et les vêtements. D'autres parents pourront offrir seulement ce qu'ils auraient offert si l'enfant était né dans des circonstances plus favorables. L'enfant, autrement dit, serait traité de la même façon que n'importe quel autre de leurs petits-enfants.

Si les parents ont l'intention d'élever l'enfant comme le leur, ils devraient être mis en garde des risques éventuels. S'ils assument trop de responsabilité, ils pourraient vivre un certain déchirement lorsque leur fille deviendra indépendante. Elle pourrait venir chercher l'enfant ou déménager avec lui. Elle pourrait aussi éprouver du ressentiment concernant leur ingérence.

Avant de commencer les consultations auprès des membres de la famille, il est impératif que la conseillère clarifie, avec la mère, qu'elle est sa conseillère. La rencontre avec la famille doit être au bénéfice de la mère, et la conseillère ne trahira pas sa confidentialité, surtout lorsqu'elle ne sera pas présente. Afin de maintenir la confiance, la conseillère peut discuter avec la mère des questions qui seront abordées dans une session. Dans les situations compliquées ou volatiles, une conseillère distincte devrait être assignée à la famille. Un soin extrême doit être pris de protéger les intérêts et la confidentialité de la mère.

### **Un mois avant la date de l'accouchement**

Juste avant l'arrivée du bébé, la conseillère devrait rencontrer les membres de la famille de la mère afin de les préparer pour l'expérience à l'hôpital. Diverses questions devraient être traitées, y compris le besoin de la mère pour du temps seule avec son enfant, l'importance de prendre des photos de l'enfant avec sa famille biologique, et quels membres de la famille devraient participer à la cérémonie d'adoption.

On peut également rappeler à la famille comment le deuil de la mère se manifestera dans les semaines et

les mois à venir. Ils devraient s'attendre qu'aux dates spéciales, telles que la finalisation de l'adoption, dix jours, trois mois, six mois ou même deux ans après l'accouchement, la mère pourra faire preuve d'un comportement typique d'une personne aux prises avec un grand stress. Il se peut qu'elle devienne, par exemple, extrêmement irritable ou téméraire. On devra être sensible aux besoins de la mère, en l'appelant ou en l'invitant à souper, ou par la simple remarque qu'elle est une mère merveilleuse. La conseillère leur enseignera aussi comment reconnaître les symptômes de la dépression postpartum et les invitera à aller chercher de l'intervention médicale, le cas échéant.

### **Plusieurs semaines après l'accouchement**

Une rencontre après la cérémonie d'adoption peut être utile. Entre quelques semaines et quelques mois, la vie familiale aura recouvré son rythme habituel. La famille pourra penser que tout est revenu à la normale, que tous, y compris la mère, ont maîtrisé les émotions liées à l'adoption. Il est important de reconnaître que la meilleure façon de permettre à la mère d'aller de l'avant n'est pas de ne plus parler de l'adoption, mais bien de continuer à en parler.

Dans un but bienveillant d'aider la mère, certains cacheront tout signe visuel de l'adoption. Il sera plutôt souhaitable de conserver des souvenirs bien en vue, comme par exemple des photos sur le frigidaire, de sorte que la mère ne soit pas forcée à sentir de la honte par rapport à l'adoption, mais bien de la fierté. En cachant les signes de l'adoption, on empêchera la mère de continuer à vivre son deuil, qu'elle devra réprimer. Les discussions concernant l'adoption ne devraient pas être évitées. En fait, le moins de secrets au sein d'une famille, le mieux elle s'en portera.

Le deuil de l'adoption peut faire ressortir des deuils non résolus au sein d'une famille. Il faudra traiter les deuils non résolus afin de rendre supportable celui de l'adoption.

## **À L'ÉCOLE ET AU TRAVAIL**

### **Les périls de la salle de classe**

Une mère qui n'a pas encore terminé son secondaire devrait être encouragée à ce faire. À certaines écoles, une fille enceinte peut étudier par Internet ou à l'aide d'un tuteur privé. Ces options peuvent être désirables dans le cas d'un environnement hostile à l'école.

Toutefois, l'isolement des études indépendantes peut laisser une mère découragée. Elle doit avoir suffisamment de discipline pour réussir. Si le programme comprend des visites régulières avec mentorat ou si la mère bénéficie d'une source de soutien et d'encadrement extérieure, les chances de réussite augmenteront.

Certaines juridictions offrent des programmes éducatifs pour les adolescentes enceintes qui ont choisi de garder leur enfant. Malheureusement, ces programmes sont souvent biaisés contre les mères qui ont choisi l'adoption ; parce qu'ils sont élaborés à l'intention de garder les parents adolescents à l'école, la pression par les pairs d'être parent peut être difficile à supporter.

Une autre option est de rester à l'école actuelle. La conseillère devra mettre en garde la mère concernant les difficultés qui peuvent se présenter. Certains administrateurs croient qu'il est dans le meilleur intérêt de l'école d'en soustraire les filles enceinte afin d'éviter tout effet de contagion possible par le message d'acceptabilité qui peut être perçu par les autres élèves.

Si la fille désire demeurer à son école, la conseillère doit explorer avec elle si celle-ci a la résistance émotionnelle et physique requise pour réussir sur le plan académique tout en confrontant un possible rejet social. Les commérages sont inévitables. On pourra spéculer concernant son historique sexuel. On pourra lui offrir des commentaires négatifs concernant son choix de l'adoption et elle pourra être étiquetée d'« irresponsable » et de « sans cœur » par professeurs et élèves sans notion de sa réalité.

La conseillère peut aider la mère à préparer des réponses selon les confrontations, réponses qui lui conféreront dignité tout en mettant les autres à leur place. Si par exemple un élève l'accuse d'abandonner son enfant, elle pourrait répondre : « Il est évident que tu disposes d'informations limitées concernant le sujet. Par ma recherche exhaustive, j'ai appris que l'adoption est un choix aimant et responsable. Peut-être que tu devrais mieux te renseigner avant de partager ton opinion. »

Si la femme peut apprendre à créer des limites clairement énoncées, en parlant d'une question de façon ferme sans être condescendante, elle aura acquis une aptitude inestimable. La capacité d'être positive et proactive continuera à lui être utile. Par exemple, elle pourra envisager la possibilité d'aborder ses professeurs. Elle peut expliquer qu'elle est enceinte (avant que l'information ne soit répandue par les commérages) et qu'elle bénéficie du soutien d'une conseillère (ce qui rassurera un professeur qui pourrait se sentir responsable de son bien-être). Puis, après avoir précisé qu'elle ne recherche pas de traitement préférentiel, elle peut demander au professeur de soutenir ses efforts de demeurer à l'école. Il est improbable qu'un professeur rejette une élève qui l'approche de cette façon.

Dans certains cas, un professeur critiquera une élève enceinte en l'utilisant comme exemple en classe ou en faisant des remarques dérogatoires à son endroit. La mère devrait être encouragée à répondre d'une manière respectueuse mais affirmative. Les énoncés débutant avec les mots « Je sens » peuvent être efficaces. Par exemple, l'élève pourrait dire : J »e me sens blessée et non respectée lorsque vous faites des commentaires à mon endroit en classe. Plusieurs de mes confrères et consoeurs de classe sont actifs sexuellement, pourquoi ne parler que de moi ? » Peu de professeurs pourront argumenter avec ce genre d'énoncé.



Une jeune fille de 16 ans a été insultée lorsqu'elle a entendu dire qu'un de ses professeurs s'était servi d'elle comme exemple dans un autre cours. Après avoir discuté de la situation avec sa conseillère, elle a abordé le professeur et lui a dit : « J'ai entendu dire que vous vous servez de moi comme occasion d'enseignement. Ne serait-il pas mieux de m'inviter pour parler à vos élèves pour que je puisse parler pour moi-même ? » Surpris, le professeur a accepté, et l'élève a eu l'occasion de se défendre publiquement et d'enseigner à ses pairs au sujet de l'adoption.

La mère devra aussi s'attendre à ce que même les personnes les mieux intentionnées soient gauches ou manquent de délicatesse, certains ne sachant pas ou qu'elle est enceinte ou ne s'en rendant pas compte.

### **Au travail**

Un des plus grands défis au travail est de discuter de la grossesse au moment approprié. Divulguer cette information à l'employeur peut entraîner des réductions d'heures ou la cessation d'emploi. Attendre jusqu'à la fin de la grossesse peut également compromettre l'avenir de la femme au sein de l'entreprise.

La femme devrait s'enquérir des bénéfices de maternité possiblement liés à son poste. Ceux-ci s'appliquent-ils à une personne qui opte pour l'adoption ? Quelles politiques nationales et provinciales s'appliquent à sa situation d'emploi ? La conseillère l'aidera avec ces informations et aussi à identifier les ressources communautaires pertinentes.

La femme devra également évaluer son milieu de travail actuel. Y a-t-il des dangers qui pourraient avoir une incidence sur sa grossesse ? Devra-t-elle réaliser des travaux physiques ? Le milieu est-il sécuritaire ou devrait-elle demander un congé temporaire ? Quelle relation a-t-elle avec son superviseur immédiat ?

L'employeur peut être rassuré que, contrairement au cas des mères qui prennent un congé de maternité et qui gardent leur enfant, il n'y a pas de risque, avec la femme qui confie son enfant en adoption, que celle-ci offre sa démission à son retour pour élever sa famille.

Dans la plupart des juridictions en Amérique du Nord, il est illégal de terminer un emploi en raison d'une grossesse. La femme devrait décider à l'avance combien d'information elle veut divulguer. Il est souvent efficace de cibler la personne la plus apte au commérage pour lui laisser diffuser l'information. Ayant été choisie comme confidente, elle aura peut-être moins tendance à être malicieuse et sera peut-être plus protectrice de la femme.

Certains collègues tenteront de dissuader la femme en lui offrant toute sorte de soutien. Il faudra les remercier de leur bienveillance tout en les rassurant que l'adoption est le meilleur choix pour l'enfant et qu'ils seront les premiers à le savoir si elle change d'idée. La femme devrait aussi les rassurer qu'elle

reçoit le soutien d'une conseillère en adoption, de sorte qu'ils ne se demanderont pas si elle a vraiment bien considéré son choix.

La conseillère avisera la femme de résister à la tentation de confier son enfant à un collègue de travail ou à un membre de leur parenté. Ainsi elle n'aura pas à affronter son collègue amer si jamais elle venait à changer d'idée ou si la relation post-adoption devenait trop difficile.

### **Le retour à l'école ou au travail**

La mère qui retourne à l'école ou au travail devrait préparer un petit discours standard à l'intention de ses pairs ou des collègues. Son explication peut être simple : « J'ai eu un beau garçon en santé et je l'ai confié à un couple merveilleux. Mon enfant a un bon foyer, et même si je m'ennuie de lui, je vais bien m'en tirer. »

La majorité des gens que la mère rencontrera sera authentiquement curieuse concernant l'adoption ouverte. Si la mère se sent bien dans le processus d'éduquer les autres, elle devrait répondre aux questions qui lui seront présentées. En savoir davantage concernant un sujet donné peut rehausser la confiance d'une femme. Toutefois, si elle se sent assaillie ou gauche, elle peut simplement dire : « Il y a plus d'information sur Internet que je ne pourrais commencer à vous offrir », et suggérer un site Web. Elle peut également reporter à plus tard tout témoignage personnel qu'elle voudrait bien faire.

Par des jeux de rôle, la conseillère peut modeler des réponses à des questions inappropriées. Les réponses peuvent être directes. Lorsque confrontée à une question indiscreète, par exemple, la mère peut rétorquer : « Pourquoi donc demanderiez-vous une telle question ? » Lorsque une question est cavalière, elle peut répondre : « Je ne suis pas à l'aise de répondre à une telle question », laissant la place à l'autre de s'excuser ou de s'en aller. Elle peut encore permettre à l'autre de sauver la face en ignorant simplement la question ou en posant une autre question sans lien avec la sienne.

## CHAPITRE 7 – LE PÈRE BIOLOGIQUE

Les femmes vont souvent écarter l'idée de l'adoption par peur de l'interférence du père biologique. Il se peut, de fait, que le père biologique utilise l'adoption pour manipuler sa partenaire, en maintenant le contact et son influence même lorsque la relation est devenue hors contrôle. Dans la majorité des cas, cependant, il n'empêchera pas que l'adoption ne se réalise.

Dans certains cas, le père biologique initiera lui-même une discussion concernant l'adoption, encourageant la mère en ce sens et la soutenant dans le processus. Au lieu de les percevoir comme des hommes évitant une responsabilité à long terme, on devrait leur être reconnaissants pour leur désir d'agir selon le meilleur intérêt de l'enfant.

Même lorsqu'un père biologique est désengagé, non au courant ou désintéressé, il ne devrait jamais être pris à la légère. Une mère biologique qui ne tient pas compte des droits de son partenaire ou qui refuse son engagement peut mettre en péril le processus d'adoption. Aujourd'hui, les tribunaux ont tendance à reconnaître davantage les droits des hommes. Dans certaines juridictions, le père biologique doit être avisé de l'adoption, dans d'autres, sa signature est requise avant que l'adoption ne puisse être réalisée. La plupart des juridictions accordent des droits aux hommes qui n'ont pas à voir avec la conception de l'enfant : un homme légalement marié est considéré le père de l'enfant de sa femme même si l'enfant n'est pas le sien du point de vue biologique. Une femme qui est séparée de son mari depuis cinq ans et devient enceinte par un autre homme, en d'autres mots, peut, selon la loi, donner naissance à l'enfant de son mari. Il est impératif que la femme et la conseillère comprennent les lois de leur état ou province.

Il y a, bien sûr, d'autres raisons de ne pas ignorer le père biologique. Même si la mère biologique peut être en colère, l'homme avec lequel elle a conçu l'enfant est le père de cet enfant. Son engagement actif peut être extrêmement significatif, donnant à l'enfant une idée de son plein héritage. Si le père soutient

l'adoption, ou est à tout le moins disposé à fournir son historique médical, l'enfant en bénéficiera.

Les pères, y compris les pères biologiques, sont importants et leur rôle doit être reconnu. Même s'ils expriment leur deuil et manifestent leur amour différemment des femmes, leurs besoins et contributions devraient être pris en compte. Si le père biologique peut être rallié, même par une tierce partie comme la conseillère, la mère biologique n'éprouvera que rarement du ressentiment pour son engagement dans le processus. Si son rôle particulier est valorisé, il a le potentiel de devenir un personnage constant et aimant dans la vie de son enfant.

## **OUVRIR LA PORTE AUX HOMMES**

Une partie de la réticence d'un père biologique de participer dans la grossesse et l'adoption peut provenir de la stigmatisation de sa position. Même si les mères biologiques portent le gros du jugement de la société, les pères biologiques sont souvent perçus comme coupables de ne pas être assez « homme » de fournir les nécessités fondamentales de leur progéniture. Ils peuvent avoir honte que l'adoption soit même envisagée, croyant que cela met en évidence leur échec en tant que fournisseur et protecteur. Craignant d'être étiqueté comme irresponsable et inadéquat, un père biologique peut penser deux fois avant d'entrer dans un centre de soutien à l'adoption, soit un endroit où travaillent principalement des femmes.

Le centre de soutien à la grossesse se doit d'aménager son milieu tant en fonction des femmes que des hommes, pour que ceux-ci se sentent accueillis et reconnus. Toujours est-il que la conseillère doit rendre clair à chacun qu'elle travaille pour la mère biologique. Le centre peut travailler avec un homme seulement dans la mesure où la mère y est disposée.

Les centres plus importants peuvent envisager la possibilité de lancer des groupes de soutien pour pères biologiques. Bien que le nombre de participants puisse être faible, les hommes présents peuvent apprendre à traiter leurs émotions conflictuelles. Ils aimeraient également se faire expliquer les émotions de leur partenaire : la plupart des pères biologiques attesteront combien ils trouvent difficile de comprendre les émotions complexes et changeantes de la femme.

Un groupe de soutien de pères biologiques peut également attirer des hommes engagés en relation avec une mère biologique. Puisque l'enfant confié en adoption n'était pas le sien, un ami de cœur, un fiancé ou un époux peut éprouver de la difficulté à comprendre l'expérience de sa partenaire. Entendre une explication de son deuil par l'intermédiaire d'une conseillère ou d'un groupe d'hommes peut être éclairant. De plus, l'homme aura plus de chance de soutenir la femme dans son deuil au lieu d'exiger qu'elle aille de l'avant avant qu'elle n'en soit prête.

## AIDER LES PÈRES BIOLOGIQUES À COMPRENDRE L'ADOPTION

Lorsqu'un mâle accepte que son enfant soit confié en adoption, sa décision sera typiquement fondée sur une évaluation logique de la situation. Alors que la mère biologique forme des liens avec l'enfant pendant que celui-ci est toujours en son sein, le père biologique percevra habituellement son enfant comme une entité abstraite au cours de la grossesse. C'est typiquement lorsqu'un homme rencontre son nouveau-né la première fois que le bébé passe du statut de simple concept à celui de personne. À ce moment, le père biologique aura un premier coup d'œil sur le deuil qui l'attend.

Il n'est pas surprenant que plusieurs pères biologiques remettent en question la décision de faire adopter l'enfant quelque peu après sa naissance. Si la mère biologique ne comprend pas la dynamique qui sous-tend son doute et son indécision, la réaction intense de son partenaire peut la laisser perplexe. Elle devrait être mise en garde qu'il n'était qu'un gauche observateur pendant la grossesse. Alors qu'il tient maintenant son enfant et qu'il reconnaît ses propres traits dans son enfant, il se peut qu'il devienne engagé émotionnellement et féroce protecteur.

En raison de sa tendance à percevoir l'enfant non encore né comme un concept abstrait, un homme peut à l'origine tenter de contraindre la femme à opter pour l'adoption. Son raisonnement sera fondé dans la logique : s'il n'y a aucune façon d'être parent et que la femme est opposée à l'avortement, la troisième option est le choix rationnel. Dans certains cas, le père biologique pourra percevoir le bébé comme une charge financière pour laquelle il n'est pas prêt. Il pourra être réceptif à l'idée d'être père, mais seulement une fois son instruction achevée et avec la bonne femme. D'autres hommes peuvent sincèrement douter de l'aptitude la femme à être parent. Quelles que soient ses raisons, sa pensée du type cerveau droit peut sembler sans cœur à sa partenaire, pour qui le lien avec l'enfant aura été plus fort pendant la grossesse.

Certaines mères biologiques se plaindront de l'apparente indifférence de leur partenaire à l'égard de la situation. Au lieu de tenter de l'écarter, toutefois, la mère et la conseillère devraient reconnaître le rôle de la dénégation dans son processus de deuil. Dans certains cas, le père évitera de discuter de la grossesse à tout prix, même avec sa partenaire.

Si le père biologique peut être amené à reconnaître que ses qualités de fournisseur et de protecteur peuvent être appliquées en aidant sa partenaire à choisir les parents adoptifs, il sera plus porté à être présent. De fait, son raisonnement provenant du cerveau droit et sa capacité de prendre du recul sur le plan émotif pourront être des plus utiles pour la sélection d'un couple adoptif.

L'inclinaison naturelle d'un homme d'être fournisseur peut également être encouragée. Il peut satisfaire les besoins de son enfant au cours de la grossesse en prenant soin de la mère biologique par des moyens pratiques comme l'achat de vêtements de maternité, sa participation aux cours prénataux ou son aide pour couvrir d'autres dépenses. On peut lui rappeler que malgré toute difficulté à transiger avec la mère,

il pourra regarder en arrière dans dix ans sans ressentir aucune honte.

Il est essentiel que la conseillère affirme le courage du père biologique de demeurer avec sa partenaire tout au long du processus d'adoption et d'offrir sa sagesse, ses lumières et son discernement. Il doit également être appelé à la constance et avoir des moyens concrets de soutenir la mère et l'enfant. Par exemple, on doit lui demander quel rôle il prévoit jouer une fois que le bébé sera né. Au cours du processus de prise de décision, un homme peut généreusement affirmer qu'il soutiendra sa partenaire quelle que soit sa décision. En réalité, il évite ainsi toute responsabilité, laissant la femme avec la décision et le blâme si le choix s'avérait inopportun. De la même façon, un père biologique qui affirme qu'il sera aussi engagé dans la vie de l'enfant que la mère le désire, évite lui aussi de prendre ses responsabilités.

Avant tout, la mère biologique a besoin de savoir le niveau de soutien auquel elle peut s'attendre de façon réaliste. La conseillère devrait encourager le père à envisager comment il réagirait si la mère revenait sur sa décision de confier son enfant en adoption. Paierait-il une pension alimentaire et dans l'affirmative, à raison de quel montant ? À quelle fréquence verrait-il son enfant ? Serait-il disposé à faire du gardiennage de façon régulière ? Ces questions requièrent beaucoup de réflexion et les promesses seront difficiles à honorer. Toutefois, s'il est un homme de parole, et peut concevoir son niveau d'engagement, sa partenaire sera capable de se préparer en conséquence.

Puisqu'il sera sûrement la cible de la colère de la mère, le père biologique devrait être préparé pour les réactions émotionnelles intenses de sa partenaire. S'il peut comprendre le deuil de la mère, ainsi que le fait que ses hormones sont en chambardement, un homme aura moins tendance à prendre sa rage personnellement. Même s'il est accusé de torts tant réels qu'imaginés, la conseillère devrait assurer au père biologique que sa partenaire désire vraiment son soutien. Même si elles ne semblent pas susciter de réaction, son honnêteté et sa présence seront appréciées. De plus, le père devrait être informé de son droit d'exprimer ses sentiments, même dans des situations difficiles.

Si la colère d'une mère est tellement blessante que le père sent que sa présence est inutile, il faut le rassurer que certains couples adoptifs sont disposés à accorder des visites à chacun des parents biologiques séparément. Comme pour les cas de divorce, l'enfant bénéficiera davantage de sa présence que de son absence. Tant lui que la mère devraient être mis en garde, toutefois, que le fait d'attaquer ou de diminuer ouvertement l'autre parent portera atteinte à l'estime de soi de l'enfant. On peut demander au père de se rappeler le ou les élément(s) qui l'a ou qu'ils l'ont attiré à la mère, puisqu'aucun être humain n'est dénué de vertus, et de parler d'elle de façon gracieuse en présence de son enfant.

Malgré les facteurs allant à l'encontre d'une relation, les disputes peuvent être résolues et les mauvais sentiments traités.

Les pères biologiques sont souvent aux prises avec la croyance qu'ils sont trop engagés dans le processus d'adoption, crainte augmentée par le fait qu'ils peuvent rarement exercer de contrôle sur la situation. Engagés émotionnellement mais sans pouvoir, un homme peut choisir de quitter plutôt que de devenir vulnérable. En ce sens, le processus de l'adoption est plus difficile pour le père que pour la mère. Au cours des consultations, on devrait encourager le père à ventiler ses sentiments de frustration et lui rappeler qu'il ne regrettera jamais tout temps investi dans son enfant.

Si un couple est séparé et ne s'entend pas, les deux parties peuvent quand même demeurer engagées dans la planification de l'avenir de l'enfant. Dans pareil cas, un modèle comportant deux conseillères est impératif. Le père biologique devrait avoir son propre conseiller, idéalement un homme, et obtenir au moins quelques sessions individuelles. Les deux parties et leurs conseillers respectifs, peuvent se rencontrer à l'occasion, si désiré. La confidentialité des deux parties doit toujours être respectée. Les conseillers devraient tenter de favoriser le dialogue au cours de ces rencontres au lieu de divulguer des informations offertes en session privée. Lorsque les conseillères se consultent entre elles concernant ce dossier, elles devraient prendre soin de ne pas se divulguer entre elles des informations qui n'ont pas été discutées au préalable en présence des deux parties.

Il serait bon que le père s'engage dans un processus de consultation à long terme. Bien que les hommes vivent le deuil différemment des femmes, le fait de composer avec un processus d'adoption ne devrait jamais être vécu seul.

### **LE PÈRE BIOLOGIQUE ABUSIF**

Une conseillère doit déterminer si le père biologique constitue une menace réelle pour la sécurité de la mère, ce qui peut être difficile si la mère est devenue si habituée à un tel traitement qu'elle ne l'identifie pas comme tel. Si le père est effectivement identifié comme un abuseur, la conseillère doit reconnaître que la situation dépasse son secteur d'activité. Le Centre ne doit avoir aucun contact avec le père biologique.

Le centre doit diriger la femme vers de l'aide extérieure si elle doit obtenir une ordonnance de non communication ou si elle doit se trouver un refuge temporaire. Le centre doit également aviser le Centre jeunesse, qui devrait, à son tour, en aviser le couple adoptif. Tout contact avec le père biologique ne doit être organisé que par le Centre jeunesse.

Si une femme qui a quitté une relation abusive entre en consultation, la conseillère doit comprendre la complexité que prendra la décision de l'adoption. Submergée par le traumatisme de l'abus, par la peur du père biologique et par des sentiments de désespoir, une mère biologique pourra avoir de la difficulté à jauger ses réels sentiments en rapport avec l'adoption.

Sa peur du père biologique ne devrait pas être la principale raison de l'adoption. Bien que la décision soit prise dans le but de couper tout lien avec le père de l'enfant et de protéger le bébé de l'abus, elle doit se demander s'il y a d'autres motifs pour son choix. Dans la négative, il se peut qu'elle regrette sa décision une fois qu'elle aura réussi à s'extirper pleinement de sa relation avec l'abuseur.



## CHAPITRE 8 – LES GROUPES DE SOUTIEN POUR LES MÈRES BIOLOGIQUES

Les groupes de soutien pour les mères biologiques constituent une partie vitale de l'aide au deuil. L'intimité, la communauté et l'empathie qu'une mère biologique peut trouver parmi ses pairs sont inégalables. Personne, y compris sa conseillère, ne comprendra sa douleur aussi pleinement que celles qui ont également confié leur enfant en adoption. Idéalement, une mère biologique trouvera du répit du jugement et de l'ignorance du monde extérieur en étant soutenue inconditionnellement à travers les parties les plus difficiles du processus de l'adoption.

Un groupe a le potentiel de créer des liens entre des femmes quels que soient leur âge, leurs antécédents culturels ou leur niveau d'instruction. Puisque les mères biologiques sont familières avec le rejet et la honte elles sont souvent disposées à accepter les différences et à apprendre d'autrui.

Un groupe peut être envisagé une fois que certains critères sont réunis. Tout d'abord, le centre doit disposer de deux animatrices potentielles, soit deux femmes avec une certaine formation en lien avec l'adoption et de l'expérience en consultation auprès des mères biologiques. Les animatrices devraient être passionnées, empathiques et matures. L'expérience de vie est vitale. Plus d'une animatrice est requise pour que le groupe puisse avoir une assurance de constance et de durabilité même si une animatrice passe à autre chose, puis chacune d'elle aura une forme de protection juridique et un témoin dans l'éventualité d'une situation déplaisante. De plus, une co-animatrice peut prendre de côté une mère émotive, au besoin, lui offrant du soutien pendant que le groupe continue sa discussion.

Deuxièmement, un groupe ne devrait pas débiter avant qu'au moins trois mères biologiques ne soient prêtes à s'engager à participer au groupe de façon régulière. Ces femmes devraient être assez fiables et

matures pour donner suite à leur engagement. Enfin, un endroit et une heure fixes devraient être établis.

Avant d'établir un groupe, l'animatrice devrait faire des recherches concernant les services de soutien qui sont déjà en place au sein de la collectivité. Le réseautage peut s'avérer utile. Les événements importants comme les célébrations de la Journée de la mère biologique peuvent être planifiées en collaboration avec la communauté de l'adoption environnante.

Chaque mère qui joint le groupe devrait signer une quittance qui explique les limites des services offerts. Les femmes doivent comprendre qu'elles participent à un groupe de soutien par les pairs et non à une consultation professionnelle. De plus, les membres du groupe doivent accepter que ce qui est dit au sein du groupe doit y demeurer. La confidentialité est critique. Si une personne désire partager de l'information à l'extérieur du groupe, elle devrait avoir une raison bien claire pour ce faire et parler en termes général, à moins qu'elle ait obtenu la permission écrite de la part de la femme dont il est question.

Puisque le deuil ne prend pas congé pendant les jours de vacances, les groupes de soutien devraient se rencontrer régulièrement, y compris pendant les vacances d'été. Les sessions devraient durer généralement deux heures, à la suite desquelles les femmes peuvent échanger des photos de leurs enfants, socialiser ou approcher l'animatrice avec des questions qui n'ont pas été répondues au cours de la session.

Il est essentiel que chaque membre du groupe ait l'occasion de s'exprimer. Les groupes devraient donc ne contenir pas plus de quatorze membres et préférablement moins de douze. Si un groupe devient trop grand, toutes les femmes peuvent se rencontrer au début pour l'introduction, puis se séparer en deux groupes de discussion, avec une animatrice dirigeant chaque groupe.

Les mères doivent s'engager à être présentes et à contribuer. Toutefois, une femme qui est trop timide ou trop blessée pour parler ne devrait jamais subir de pression en ce sens. Même une femme qui ne fait que pleurer pour la durée de la rencontre en bénéficie pour l'occasion qu'elle lui permet d'exprimer ses émotions. Les autres femmes peuvent lui offrir des notes d'affirmation.

Les femmes devraient avoir la permission de pleurer, et les manifestations ouvertes d'émotion ne devraient pas être réprimées ou négligées. Une mère biologique qui se permet d'être vulnérable devrait être félicitée. L'animatrice peut alléger la situation par l'humour, en disant qu'elle a réussi lorsque les femmes pleurent et qu'elle échoue quand toutes les participantes quittent les yeux secs.

## **FORMAT DU GROUPE**

Le fonctionnement du groupe dépendra largement des intérêts et des aptitudes de l'animatrice. Une animatrice artistique, par exemple, incorporera peut-être des techniques visuelles et tactiles, aidant les femmes à exprimer leur douleur par le dessin ou la peinture. Une animatrice avec un flair théâtral pourrait

encourager le jeu de rôle, p. ex. en plaçant une chaise au milieu du groupe et demandant au groupe de prétendre que le père biologique y est assis et qu'il est un auditeur captif de ce qu'elles désirent dire. Si le groupe est réceptif, la variété peut aider les mères à trouver des moyens alternatifs pour s'exprimer.

L'animatrice devrait accorder une importance significative à l'ambiance. Des chaises placées en cercle peuvent aider à créer un sentiment d'intimité, tout comme des chandelles et des éclairages tamisés. Un vase de fleurs peut apporter de la couleur à une pièce autrement insipide. Des ballons peuvent être utilisés pour créer une ambiance festive pour les occasions spéciales. Avant tout, l'ambiance devrait être invitante et amusante, même si la discussion peut être sérieuse.

Les rafraîchissements sont un autre élément important pour créer une atmosphère d'hospitalité. Pour une mère biologique qui se sent émotionnelle ou inconfortable, le fait de remplir une tasse de café ou de se prendre un dessert peut l'aider à survivre un moment socialement inconfortable.

Les sessions devraient débiter par une activité brise-glace qui mettra les nouveaux membres à l'aise et qui stimulera la discussion. Les mères peuvent être invitées à tirer d'un chapeau des questions humoristiques ou portant à la réflexion ou à répondre à une question dirigée au groupe en général. On peut leur demander de partager des souvenirs coquains, come leur sortie la plus embarrassante, leurs souvenirs les plus chers comme leur vacance en famille préférée, ou des choses plus sérieuses comme la chose la plus importante qu'elles ont apprise d'un parent.

L'animatrice peut ensuite donner le ton en partageant une lecture liée au sujet de discussion. Les sujets devraient être planifiés à l'avance et introduits au début de chaque session. Les mères biologiques peuvent participer au choix de certains sujets de discussion puisque les idées qu'elles proposent seront habituellement pertinentes, opportunes et uniques.

Les thèmes peuvent également correspondre au calendrier. Les questions liées aux relations sentimentales et aux pères biologiques peuvent être discutées aux alentours de la Saint-Valentin, par exemple, avec les collations et les décorations de planifiées en concordance. La session la plus proche du jour de l'an peut être centrée sur les nouveaux départs, les espoirs et les rêves des femmes pour la nouvelle année. Durant les occasions qui peuvent être plus douloureuses, comme la Fête des mères et Noël, l'animatrice devra s'assurer d'injecter des associations positives et heureuses.

L'animatrice peut également planifier en fonction des événements significatifs dans la vie des membres. Si une mère a mentionné à plusieurs reprises la date de la finalisation de son adoption ou du premier anniversaire de son bébé et que cette date approche, le groupe peut discuter des questions liées à ce sujet à ce temps-là. Les femmes devraient recevoir une attention particulière à ces moments-là, avec un appel de l'animatrice ou d'un autre membre du groupe, et on devrait lui demander de partager ce qui s'est passé.

Une fois qu'une question a été introduite, l'animatrice peut commencer une discussion en posant une question et y répondant elle-même. Elle peut utiliser l'histoire d'une mère biologique anonyme avec qui elle a travaillé dans le passé ou si approprié, partager une histoire de sa propre vie. Par exemple, si le thème est lié la relation des femmes avec leur mère, l'animatrice peut relater une expérience significative de sa propre enfance, et comment celle-ci a changé sa vie. D'autres femmes, particulièrement celles qui sont le plus sûres d'elles, suivront habituellement.

L'animatrice devrait planifier une bonne liste de questions et devrait être disposée à changer de direction si une question tombe à plat ou n'évoque que des réponses sans inspiration ou très courtes. Si la conversation emprunte une direction non planifiée mais saine, ou si une question suscite une réponse forte, l'animatrice devrait laisser la discussion se poursuivre sans interruption. C'est souvent dans ces moments inattendus que les femmes partagent des idées profondes, touchant les cœurs en parlant de leur expérience.

Tout en étant souple, l'animatrice doit s'assurer que la discussion ne dérive pas dans des tangentes non pertinentes ou ne se centre sur une femme en particulier. Dans certains cas, une femme peut tenter d'éviter d'affronter ses propres blessures en conseillant les autres femmes ou en évitant une question douloureuse en dirigeant le groupe sur une série de sentiers perdus.

Si une femme monopolise le groupe, l'animatrice devrait la remercier de sa contribution et diriger une question vers un autre membre du groupe. Si elle persiste, l'animatrice devrait lui parler après la session et l'encourager à venir pour plus de consultations individuelles. Dans le pire des scénarios, on devrait lui dire gentiment que le groupe n'est probablement pas conducteur à sa guérison, et on devrait lui accorder l'attention qu'elle réclame en session individuelle. Si le processus de tri est effectué de façon appropriée avant que les femmes ne soient invitées à faire partie du groupe, toutefois, le scénario ci-avant n'arrivera que rarement.

Si une femme assume le rôle de conseillère, confrontant une autre femme ou offrant plusieurs fois son évaluation des problèmes d'une autre mère, elle devrait également être vue en seul-à-seul. On peut la remercier de ses lumières mais lui dire que l'autre femme n'est peut-être pas prête à assumer ses blessures. Si on peut l'aiguillonner subtilement vers la confrontation de ses propres problèmes, la mère un peu trop aidante ne sentira pas que ses opinions sont ignorées.

Une façon saine pour les femmes de s'entraider est de parler de leur propre expérience. Au lieu de dire aux autres ce qu'elles devraient faire, une mère peut présenter une situation similaire dans laquelle elle s'est trouvée, décrivant comment elle a composé avec le défi, et quel en a été l'issue.

À la fin de chaque session, les femmes devraient disposer d'un moment pour écrire dans leur journal, soit

un cartable relié dans lequel elles peuvent écrire leurs questions, commentaires et sentiments au sujet de la session. Ces journaux, qui seront lus par l'animatrice, peuvent fournir une précieuse rétroaction. Les mères peuvent y écrire des commentaires qu'elles étaient trop gênées de faire devant les autres, et l'animatrice qui croit qu'une session n'a aucun impact peut être agréablement surprise. L'animatrice devrait répondre, en quelques phrases, à chaque inscription, encourageant chaque mère individuellement.

À la fin de chaque session, les femmes doivent pouvoir socialiser librement. Puisqu'un groupe type ne se rencontrera qu'une fois par mois, on peut encourager les femmes à maintenir un contact entre elles. Celles qui sont ouvertes à la communication continue peuvent recevoir une liste de numéros de téléphones, puis se parler ou se rencontrer dans les semaines suivantes. Si une mère éprouve des difficultés à nouer des amitiés, l'animatrice peut demander à un membre du groupe de longue date et fiable de faire un effort particulier pour la rendre plus à l'aise.

## **ACCUEIL DU NOUVEAU MEMBRE**

Les suggestions suivantes peuvent être utilisées pour aider une mère à s'intégrer au groupe :

### **Interviewer la femme avant de l'inviter à participer à un groupe**

L'animatrice de groupe doit déterminer si une femme bénéficiera de l'expérience en groupe. Si une femme ne semble pas prête à participer, ou si elle est abrasive, confrontante ou incontrôlable en situation sociale, on devrait l'inviter à bénéficier plutôt de sessions individuelles.

Ce processus de sélection des participantes est crucial. Les femmes avec des problèmes de santé mentale non traités, ou des problèmes liés à la drogue ou l'alcool, bénéficieront habituellement davantage de sessions individuelles.

### **Encourager la femme à participer à au moins une session de groupe**

Plusieurs femmes sont réticentes à l'idée de rejoindre un groupe de femmes qu'elles n'ont jamais rencontrées, et d'exposer leurs états d'âme à des étrangères. La première session est la plus malaisée : même la pensée d'entrer dans une pièce et de se trouver un siège peut intimider une femme. On peut commencer par l'inviter à assister à une session à titre d'observatrice. Si elle est convaincue que le groupe n'est pas pour elle, elle ne devrait pas y être obligée.

Si la femme n'a pas rencontré l'animatrice, elle devrait le faire à l'avance. Il est beaucoup plus facile d'entrer dans une pièce quand il ya au moins une figure familière qui nous attend. La conseillère peut même venir au groupe avant que la session ne commence afin de présenter le nouveau membre. Même si la conseillère ne puisse pas rester pour la session, elle aura aidé la femme à s'acclimater au groupe.

## **Demander l'aide de la co-animatrice**

La co-animatrice peut être un atout précieux pour le groupe. Elle peut s'asseoir à côté du nouveau membre, s'assurer qu'elle est à l'aise et parler avec elle pendant les moments plus difficiles socialement lorsque la session est terminée.

Si l'animatrice est trop centrée sur le contenu et la tâche à accomplir plutôt que sur la dynamique de groupe, la co-animatrice peut intervenir. Si une femme est agitée, nerveuse ou veut de toute évidence parler, la co-animatrice peut lui demander d'offrir son opinion. De façon semblable, si une femme qui participe régulièrement au groupe évite le contact visuel au cours d'une discussion particulière, une co-animatrice perspicace peut doucement la taquiner à ce sujet et lui demander ses pensées sur la question. L'objectif de la co-animatrice ne devrait pas être de mettre une femme sur la sellette mais bien d'encourager une femme plus timide ou pensive à parler.

## **Créer une atmosphère de sécurité et de prévisibilité**

Une animatrice doit être protectrice de chacun des membres du groupe, reconnaissant que la douleur de la mère biologique ne doit jamais être mise en étalage. Pour cette raison, aucun observateur ne doit être admis : le groupe ne devrait être ouvert qu'aux mères biologiques, aux femmes qui considèrent sérieusement l'adoption et les animatrices attitrées.

Rien ne devrait être fait sans la permission des mères biologiques. Un conférencier spécial peut être invité, mais seulement avec le consensus du groupe. Chaque personne du groupe doit être préparée à l'avance de l'arrivée de l'invité, et informé, à son arrivée, de ce qui est planifié pour la session. On doit prendre soin d'éviter toute surprise. Si une mère ne se sent pas à l'aise, elle ne devrait pas sentir de pression de participer ce jour-là.

## **Respecter les limites d'une mère biologique**

Chaque femme a le droit de refuser poliment de répondre à une question ou de choisir de répondre plus tard. Elle a le droit d'être dans la dénégation, de prétendre qu'elle a passé à travers des étapes du deuil lorsqu'elle ne l'a pas fait de toute évidence et d'alléguer que sa vie ne pourrait aller mieux. Bien que les autres ont le droit de remettre ses affirmations en question, personne n'a le droit de la confronter avec agressivité ou de la forcer envisager son deuil.

## **Permettre à une femme de revenir au moment de son choix**

Dans certains cas, les questions abordées dans un groupe peuvent être trop difficiles à affronter pour une mère dans sa condition actuelle. Si elle est un nouveau membre ou même un membre de longue date, il

se peut qu'elle ne revienne pas. Il est crucial de ne pas la pousser à revenir mais de lui indiquer qu'elle sera toujours la bienvenue si et quand elle décide de revenir.

Lorsqu'une femme se joint au groupe, l'animatrice devrait s'entretenir avec elle après les premières sessions, en s'assurant qu'elle s'est sentie à l'aise. Si la mère ne revient pas, l'animatrice devrait l'appeler deux ou trois fois, l'invitant à revenir d'une façon chaleureuse et non menaçante. Si la femme a une connexion avec un autre membre du groupe, l'animatrice peut demander à l'amie de la femme de l'inviter à revenir. Si elle choisit de ne pas revenir, sa décision doit être respectée.

Une mère peut rejoindre le groupe lorsqu'elle se sent prête à continuer à vivre son deuil ou si ses amies la convainquent de revenir.

### **L'étoffe d'une animatrice**

Une animatrice faible peut empêcher un groupe de progresser ou même en provoquer la désintégration. Pour cette raison, la directrice du centre doit choisir de nouvelles animatrices avec soin, en observant leurs forces avant de les inviter à envisager la possibilité de diriger un groupe. Les qualités suivantes sont essentielles chez une animatrice :

### **L'aptitude d'affirmer**

Le rôle le plus critique d'une animatrice est d'affirmer les femmes d'une façon authentique et honnête. La plupart des femmes ont honte de leur adoption et ont besoin de respect mais reçoivent rarement d'affirmation de la population en général, qui ne reconnaît ni ne comprend le sacrifice qu'elles ont fait. Le groupe est l'un des rares endroits où les mères reçoivent une reconnaissance de leur courage.

### **Engagement**

Les enjeux sont importants pour un dirigeant : les membres du groupe pourront perdre intérêt si les efforts de l'animatrice sont tièdes ou pourront avoir de la difficulté à lui faire suffisamment confiance pour se confier dans un contexte de groupe. Puisque la confiance prend tellement de temps à s'établir, une nouvelle animatrice ou co-animatrice doit participer au maximum de ses capacités. Elle doit également faire preuve d'une ouverture à l'apprentissage, lisant tout livre sur l'adoption qu'elle puisse trouver et faisant des recherches exhaustives sur les méthodes éprouvées de direction de groupe.

### **Transparence**

Même si elle n'est pas une mère biologique, une animatrice doit être disposée à partager avec le groupe sa propre expérience du deuil. Si elle est incapable d'être transparente ou vulnérable, elle ne peut pas s'attendre à ce que les mères biologiques s'exposent émotionnellement.

Lorsqu'elle se présente la première fois, une nouvelle animatrice devrait parler au groupe d'elle-même, peut-être en partageant un événement de son enfance ou d'une relation malsaine dans laquelle elle était jadis engagée et quel besoin elle tentait de satisfaire. La divulgation personnelle sera appropriée selon qu'elle aidera les membres du groupe, ou le groupe dans son ensemble, à grandir.

Une dirigeante ne devrait pas cacher ses émotions. Elle devrait exprimer ouvertement sa colère lorsqu'une mère décrit un incident où elle a été maltraitée, ou pleurer quand une histoire la touche. Elle devrait également être prête à rire d'elle-même.

Les femmes qui entrent dans un groupe tiendront une variété de croyances. Une animatrice ne devrait jamais prêcher l'abstinence ou une religion, ce qui fera sentir les membres du groupe comme s'ils sont jugés ou bousculés. Ils pourront aussi éprouver du ressentiment à son endroit de promouvoir un point de vue personnel. Si une question controversée est soulevée, surtout une question liée à la sexualité ou à la spiritualité, l'animatrice devrait éviter de faire connaître son opinion sur le sujet. Au lieu, elle devrait demander aux autres mères de traiter la question. Les mères peuvent très bien parler de leur croyance et ces discussions devraient avoir libre cours.

## **Diplomatie**

Les groupes de soutien peuvent être extrêmement politisés. L'animatrice qui a conseillé un des membres du groupe personnellement sera souvent étroitement gardée par celle-ci, qui percevra l'animatrice comme « sa » personne à elle. Il faudra que toutes et chacune se sentent également importantes. L'animatrice pourra s'asseoir à côté d'une femme différente chaque fois ou loger un appel en privé à la mère mieux connue pour que ce geste affirmatif ne soit pas observé par les autres membres du groupe.



## CHAPITRE 9 – GESTION DE L'ADOPTION OUVERTE À LONG-TERME

Avec le nouveau millénaire, l'expression « adoption ouverte » en est venue à signifier non seulement le fait de confier un enfant à un couple sélectionné par la mère biologique mais aussi l'établissement d'une relation continue entre la femme et la famille adoptive. L'adoption ouverte d'aujourd'hui élargit les familles en intégrant la mère biologique dans une unité sociale intime.

Bien que les détracteurs de l'adoption ouverte craignent qu'une telle familiarité puisse créer de la confusion chez l'enfant, les tenants de l'adoption ouverte croient qu'il existe beaucoup de tort potentiel dans le fait de garder des secrets. Selon un vieux dicton en thérapie familiale, le plus de secrets au sein d'une famille, le plus dysfonctionnelle elle sera. Les adoptions fermées du passé, selon les promoteurs de l'adoption ouverte, étaient remplies de secrets. On tentait de cacher la grossesse de la mère biologique. Le couple adoptif, dont la stérilité était bien connue mais jamais discutée, prétendaient typiquement qu'ils avaient conçu et donné naissance à l'enfant. L'enfant, bien que non sans doutes, maintenait le silence, n'osant que rarement aborder la question.

Les secrets, dans le nouveau scénario d'adoption, sont perçus comme destructeurs. Une mère biologique à qui on demande de nier l'existence de l'enfant sera incapable de vivre son deuil. Un enfant à qui on demande de nier l'existence de sa mère biologique sera aux prises avec des difficultés liées à son identité et au rejet. Un couple adoptif à qui on demande de prétendre que l'enfant est leur propre chair ne résoudra jamais ses blessures liées à sa stérilité.

Quelles que soient les idées d'une intervenante concernant l'adoption, la réalité de l'adoption ouverte ne peut pas être ignorée. Pour plusieurs femmes, la peur des secrets, de ne pas savoir le devenir de l'enfant, rendrait la possibilité de l'adoption inconcevable.

Comme la figure de l'adoption change, les centres de soutien doivent chercher à favoriser des relations saines entre mères biologique et couples adoptifs. Plusieurs questions doivent être examinées avec soin : quels facteurs devraient être considérés au commencement d'un processus d'adoption ? Comment une femme peut-elle établir et gérer une relation quand elle ne connaît personne qui ait été dans sa situation ? Quelles limites doivent être fixées pour s'assurer que son expérience sera positive et la relation, respectueuse ? Comment le centre peut-il soutenir une femme dont la relation avec le couple adoptif est en péril ?

## **PRÉPARATION DE LA MÈRE POUR L'ADOPTION OUVERTE**

### **Avant l'accouchement**

Une femme qui envisage l'adoption commence une relation qui évoluera au fil du temps. Comme pour toute relation, certaines tensions existent. La mère biologique doit se permettre d'être vulnérable tout en étant prudente ; montrer de l'enthousiasme tout en essayant de ne pas être trop accaparante ; s'affirmer sans exhiber d'agressivité ; être souple mais non disposée à se faire marcher dessus.

Pour les femmes qui trouvent les relations « normales » difficiles, l'écart de pouvoir dans une relation adoptive peut être intimidant. Une femme plus jeune dont le réseau social consiste principalement de ses camarades de première année de secondaire sera hors de son élément lorsqu'elle connectera avec une paire d'étrangers plus âgés et plus sages qui semblent détenir toutes les cartes. Une femme dans la mi-vingtaine ou la trentaine aura ses défis particuliers : elle doit céder son autorité parentale à un couple qui peut ne pas être bien plus âgé qu'elle.

Un des principes fondamentaux qu'une mère biologique doit saisir concernant la relation d'adoption ouverte est que l'accès à l'enfant lui est permis selon la volonté des parents adoptifs. Elle doit les traiter avec respect ou risquer de se trouver dans un scénario de relation fermée. Même si une mère biologique est en désaccord avec la façon dont l'enfant est élevé, par exemple, elle doit lâcher prise. Comme un sage grand-parent, elle ne devrait offrir ni conseils ni critiques concernant l'éducation du petit-enfant, à moins qu'on ne le lui demande directement.

La mère biologique a une grosse carte à jouer : la sélection du couple qui éduquera l'enfant. Les décisions subséquentes appartiennent presque exclusivement au couple adoptif. La conseillère devrait mettre en garde la femme, au stade de la prise de décision, que les parents adoptifs qu'elle choisit pourraient éventuellement choisir de déménager à l'autre bout du monde. Le couple a le droit de fermer l'adoption pour n'importe quelle raison, que la décision soit dans le meilleur intérêt de l'enfant ou seulement enracinée dans l'insécurité et la peur. Certains couples, devra-t-elle comprendre, peuvent être incapables de résister aux pressions familiales, mettant un terme à une relation adoptive simplement parce que la parenté perçoit la mère biologique comme une menace, pas comme la bienfaitrice d'un don remarquable.

Même si une femme devrait être candidement avisée des pertes potentielles, elle devrait aussi être rassurée que la majorité des mères biologiques ont un certain degré de réussite dans leur adoption ouverte. Plusieurs couples cherchent délibérément à maintenir une adoption ouverte, reconnaissant les bienfaits pour leur enfant. L'idéal est réalisable, surtout lorsque la relation ouverte est nourrie avec soin.

Pour certaines mères biologiques, bien sûr, une relation ouverte n'est ni souhaitable ni réalisable. Une femme avec des problèmes importants de santé mentale ou de mode de vie, par exemple la toxicomanie ou la prostitution, peut vivre une vie trop dangereuse pour être en contact avec l'enfant. Elle devrait être prête à ce que le couple adoptif soit disposé à adopter l'enfant mais non à divulguer l'adresse de leur résidence. Dans certains scénarios, un couple adoptif acceptera d'amener l'enfant à des pic-nic organisés par le centre ou à assister à des rencontres facilitées par une tierce partie ; d'autres couples pourront fermer l'adoption complètement en raison de leur anxiété concernant les effets possibles de l'instabilité de la mère sur l'enfant.

Lorsque qu'une femme plus stable en est aux stades initiaux de la planification de l'adoption, elle peut tendre vers une adoption relativement fermée dans laquelle le contact se limite à l'échange de lettres et de photos. La conseillère devrait relancer la mère sur ce point. Ce qu'une femme veut au cours de sa grossesse et ce qu'elle désirera une fois qu'elle aura traversé le deuil de la perte de son enfant, peuvent être radicalement différents. Son instinct au départ sera d'éviter la douleur, et sa source, l'enfant. Toutefois, si elle ferme l'adoption au cours du processus de négociation, elle aura peu de chance d'avoir accès à son enfant si elle cherche éventuellement à obtenir un certain contact.

Une cliente avisée demandera une adoption qui est plus ouverte qu'elle ne le désire. Si le scénario s'avère inconfortable, elle peut toujours diminuer le contact dans les premiers stades de la relation, surtout que l'enfant ne sera pas encore conscient de sa présence. Ouvrir une relation fermée est beaucoup plus difficile, sans mentionner injuste pour le couple qui avait envisagé une adoption fermée seulement pour rencontrer une mère biologique malheureuse.

### **Après l'accouchement**

Tant la mère biologique que le couple adoptif traverseront une période d'ajustement avec un niveau élevé de stress lorsque le bébé est né. Dans les mois précédant l'accouchement, la mère biologique pourra trouver l'ouverture de la relation non naturelle. Elle pourra se plaindre qu'elle se sent jugée, que chacun de ses moindres gestes sont évalués. Elle pourra croire que la mère adoptive garde un œil critique sur sa sélection de son dîner, et peut éprouver du ressentiment concernant l'anxiété du couple concernant sa santé et son style de vie. En effet, les parents adoptifs peuvent manquer de subtilité ou de sensibilité concernant les limites appropriées. Dans leur quête d'obtenir un enfant en santé, ils peuvent devenir trop invasifs.

Les tables tournent souvent durant les stades initiaux de l'accouchement. Accaparés par les exigences d'un poupon, il se peut que le couple perçoive la simple présence de la mère comme une intrusion. Plusieurs couples, spécialement ceux qui se préparent à élever leur premier enfant, discréditeront la quantité d'ajustements requis pour accommoder un nouveau bébé, surtout que la récupération post-accouchement n'est pas un facteur. Les études montrent, toutefois, que les poupons requièrent dix heures de soins chaque jour. Pour une mère adoptive accoutumée à une semaine de travail de quarante heures, les trente heures additionnelles de travail, en plus du temps requis pour effectuer les tâches domestiques usuelles, peut s'avérer submergeant.

Pour compliquer la chose, les parents adoptifs doivent nouer des liens avec le petit étranger qui est entré dans leurs vies et travailler à établir une identité familiale. Tout en étant reconnaissants envers la mère biologique, ils peuvent simultanément désirer se séparer d'elle. L'expérience la plus joyeuse du couple adoptif est aussi celle la plus dévastatrice pour la mère biologique, et les deux pôles d'émotion peuvent être dérangeants. En se retirant, le couple adoptif peut temporairement alléger tout sentiment de culpabilité concernant le fait que leur joie a été acquise à grand prix.

Dans la gestion d'une adoption ouverte, il est crucial que la conseillère aide les deux parties à établir, à l'avance, ce à quoi ressemblera l'adoption au cours des premiers mois suivant l'accouchement. La mère biologique bénéficiera de savoir qu'elle verra son bébé à un moment déterminé, que ce soit une semaine, un mois ou deux mois après l'adoption. La durée de la visite devrait également être établie, que ce soit une heure, deux heures ou une visite de cinq heures.

Une partie du rôle de la conseillère est d'aider la mère biologique à avoir de l'empathie envers le couple adoptif, par la fixation d'attentes réalistes. Même si elle peut désirer voir son enfant tous les jours, par exemple, elle devrait comprendre la tension que sa présence constante placerait sur la relation adoptive. En même temps, une mère biologique qui est si prête à plaire qu'elle néglige ses propres besoins peut obtenir la permission d'aborder le couple avec des demandes raisonnables.

Une autre question qui devrait être discutée à l'avance est comment le couple adoptif et la mère biologique expliqueront leur relation aux autres. Fières de ce qu'elles ont fait, les mères biologiques fourniront souvent une explication détaillée à toute personne, curieuse ou pas. Les mères adoptives sont typiquement plus réfractaires à faire de l'annonce publique, peut-être en partie par crainte que l'adoption prenne une place trop prépondérante dans l'identité de l'enfant. Elles pourront même peut-être désirer éviter d'être vues en public ensemble. Une discussion franche est donc nécessaire. Les rencontres seront-elles tenues en privé, dans la résidence du couple ? Si les deux parties sont à l'aise de se rencontrer en public, comment se présenteront-elles mutuellement à leurs amis, à leurs connaissances et aux étrangers ? Quelles appellations utiliseront-elles lorsqu'elles s'adresseront l'une à l'autre ou lorsqu'elles parleront de l'autre ?

## La relation à long terme

Une fois que la relation adoptive dépasse le stade gauche des introductions et la montagne russe intense des émotions liées à la naissance et à l'adoption de l'enfant, elle entrera dans un stade tout à fait différent. Les promesses pré-adoption auront été mises à l'épreuve et les impressions et préconceptions tant de la mère biologique que des parents adoptifs auront été remplacées par un sentiment plus serein.

Afin de déterminer ce à quoi une relation adoptive devrait ressembler à long terme, la règle de la deuxième année peut être appliquée. Par le temps que l'enfant a atteint son deuxième anniversaire, selon cette règle, les deux parties devraient être satisfaites avec ce que l'ouverture comporte. Elles auront jaugé leur compatibilité et, dans certains cas, forgé une entente mutuellement satisfaisante. Ainsi, à partir de la deuxième année, les deux parties devraient chercher à demeurer constantes, reconnaissant qu'avec la maturation de l'enfant, l'inconstance peut être perçue comme un rejet. Si la mère biologique désire offrir un cadeau à son enfant à son anniversaire, elle devrait continuer de le faire chaque année.

On devrait rappeler à la mère biologique que si elle a promis d'être présente, elle a la responsabilité d'éviter d'entrer et de sortir de la vie de l'enfant. Même si la mère biologique se marie et fonde sa propre famille, elle doit reconnaître le besoin de son enfant d'une affirmation continue. Un enfant sensible pourra même avoir besoin d'assurances additionnelles afin d'être convaincu qu'il n'est pas remplacé mais qu'il tient toujours une place significative dans la vie de sa mère biologique.

Plusieurs questions surviendront dans une relation adoptive à long terme, ce qui créera une tension considérable si elles ne sont pas abordées et traitées à l'avance. Une d'entre elles est la question des partenaires de vie. Lorsque la mère biologique s'engage dans une relation romantique, elle voudra naturellement que son nouveau prétendant rencontre l'enfant. Si elle est friante de partenaires multiples ou occasionnels, cependant, il se peut que les parents adoptifs ne désirent pas ouvrir leur foyer à un défilé d'hommes. La mère biologique et le couple adoptif devraient déterminer à quel stade dans une relation romantique un ami de cœur peut être introduit. La conseillère peut faire valoir que l'enfant peut subir des conséquences néfastes si trop de personnes sont introduites dans sa vie et disparaissent avec la dissolution de la romance.

La famille élargie de la mère biologique peut également créer de la tension dans la relation adoptive. La question du rôle que la famille biologique de l'enfant devrait jouer dans sa vie devrait donc être abordée le plus tôt possible. Un couple adoptif extraverti peut être à l'aise avec une politique de « porte ouverte », n'hésitant pas à inviter grands-parents, tantes, oncles, frères et sœurs et même l'animal domestique de la famille biologique de l'enfant pour un barbecue, par exemple. Un couple plus privé, inversement, pourra désirer limiter les visites de la famille élargie à une fois par année, ou permettre seulement aux parents biologiques de voir l'enfant. Dans certains cas, la relation peut se limiter à la famille de la mère

biologique. Dans d'autres situations, le père biologique et sa famille élargie peuvent être incorporés dans la sphère sociale de la famille adoptive.

Avant que la famille élargie ne participe, la question des cadeaux devraient être discutée ouvertement. Quand est-il approprié d'offrir un cadeau, et quelle limite devrait être fixée sur le nombre de cadeaux qu'un enfant reçoit ? Si l'enfant a des frères et sœurs, comment la rivalité ou la jalousie peuvent-elles être évitées ? Quelles mesures peuvent être prises pour prévenir que l'enfant adopté ne préfère pas l'arrivée du cadeau à l'arrivée du donateur ? La généreuse famille biologique deviendra-t-elle les « chics types » dans l'esprit de l'enfant, et le couple adoptif « les méchants » quand ils établiront des limites ?

## **DIX CONSEILS POUR LA MÈRE BIOLOGIQUE**

Une partie importante du rôle de la conseillère à long terme est d'aider la femme à s'ajuster aux problèmes qu'elle peut avoir avec les parents qu'elle a choisis pour élever son enfant. Au fur et à mesure que la mère biologique et les parents adoptifs se connaissent davantage, les forces et lacunes de chacun deviendront évidentes pour tous. Le temps révélera des traits que le profil adoptif ou une entrevue ne peuvent le faire. Une mère biologique peut découvrir que le père adoptif n'est pas aussi timide qu'il ne le paraissait au cours de l'entrevue initiale et que sous sa démarche réservée se trouve un sens de l'humour bien original. Inversement, il se peut qu'elle se rende compte que la stabilité financière du couple, aspect attrayant au début, est jumelée avec une attitude matérialiste qui lui avait échappé.

Une conseillère peut offrir une bonne oreille aux déceptions et aux frustrations d'une mère biologique. Toutefois, la femme devrait être avisée qu'elle ne peut exiger de changements chez le couple adoptif. Certaines questions peuvent être abordées, bien sûr, et des mésententes résolues. Mais ni la mère biologique ni le couple ne seront assez engagés pour opérer des changements de caractère. Chaque personne doit être acceptée comme un tout, vertus et vices inclus.

Cela étant dit, il existe des façons pour la mère biologique d'alléger les tensions et de favoriser une bonne relation adoptive. Les dix suggestions suivantes peuvent aider la mère biologique à maintenir une relation d'adoption gratifiante :

### **Adopter une approche d'équipe**

Même si leurs personnalités peuvent être très différentes, la mère biologique et les parents adoptifs partagent une passion commune : l'enfant. Si la mère biologique exhibe une ouverture à chercher le meilleur intérêt de l'enfant, voyant ses propres besoins comme secondaires, le couple adoptif peut être rallié et peut même être disposé à prendre des risques. En s'unissant pour travailler vers un objectif commun, soit de protéger et d'aimer l'enfant et d'enrichir sa vie, la mère biologique et les parents adoptifs peuvent devenir des alliés au lieu d'être des adversaires.

## **Dresser un plan de match**

Les enfants sont notoires pour leurs questions difficiles. Ils s'interrogent sur tout, allant des questions liées à la sexualité aux excroissances bizarres sur la figure d'un étranger. Un enfant curieux peut demander, par exemple, pourquoi sa mère biologique « ferait » un bébé si elle n'était pas en mesure de l'élever elle-même. Un autre enfant peut demander, au beau milieu d'un souper en famille, pourquoi sa mère biologique est mince alors que sa mère adoptive ne l'est pas. En tant qu'équipe, la mère biologique et les parents adoptifs peuvent préparer une réponse aux quelques questions qui peuvent être prévisibles.

Plusieurs questions importantes doivent être abordées. Par exemple, quels noms les parents adoptifs et la mère biologique utiliseront-ils pour s'adresser mutuellement ? Quels aspects du passé de la mère biologique peuvent être abordés dans les conversations ? Si l'enfant adopté est un adolescent, comment la mère biologique devrait-elle traiter les questions liées à la sexualité ou la spiritualité ?

## **Développer une relation avec le couple adoptif qui ne se limite pas à l'enfant**

Une mère biologique qui centre son attention uniquement sur l'enfant au cours de ses visites peut sans le savoir créer des malaises et des tensions dans la relation adoptive. Si elle montre un intérêt sincère envers le couple et les frères et sœurs de l'enfant, toutefois, elle deviendra moins une menace ou une obligation. Trouver des intérêts communs et engager des conversations entre adultes peut comporter d'autres bénéfices également. Selon le stade de développement de l'enfant, l'arrivée de sa mère biologique, un autre adulte ennuyant, peut ne pas attirer l'enfant particulièrement, surtout lorsqu'une boîte de Lego ou un frère ou une sœur agité(e) le réclame. Si la mère biologique est abandonnée temporairement en raison de l'engagement antérieur de l'enfant avec un jury d'animaux en pluche, sa capacité de tenir une conversation confortable avec les autres adultes ennuyeux dans la vie de l'enfant peut sauver une visite autrement décevante.

Certaines mères biologiques emploient des mesures supplémentaires pour construire un bon rapport avec le couple adoptif. Une femme peut inviter la mère adoptive à dîner sans l'enfant, par exemple, ou envoyer au père adoptif une carte humoristique pour son anniversaire de naissance.

## **Demander la permission autant que possible**

Afin de mettre les parents adoptifs à l'aise et gagner leur confiance, une mère biologique peut les incorporer dans des questions mineures. Si elle aimerait acheter pour l'enfant un DVD spécial, par exemple, elle peut demander au couple à l'avance s'ils considèrent le film approprié. Si elle désire acheter une friandise spéciale pour le jeune enfant, la mère biologique peut demander à la mère adoptive si l'enfant a le droit de manger des bonbons. En accordant un certain degré de courtoisie, une mère biologique peut affirmer la position du couple en tant que parents. Le couple répondra assez sûrement avec une courtoisie mutuelle.



## **Être prête à contribuer plus que le couple adoptif**

Le besoin qu'une mère biologique donne plus et travaille plus fort est inévitable dans une relation dont elle n'est pas le maître. Si elle impose ses besoins et ses désirs, elle pourra vraisemblablement s'expulser elle-même de l'équation. Or, si elle agit de façon respectueuse même lorsqu'elle se sent lésée, ou si elle continue de consentir des efforts spéciaux même lorsque le couple adoptif ne lui rend pas la pareille ou ne reconnaît pas son geste, une mère biologique peut maintenir une relation paisible. À long terme, ses besoins seront mieux servis, car ses efforts pourront préserver sa relation avec son enfant.

## **Affirmer qui sont les « vrais parents »**

Une relation ouverte peut encourir des difficultés lorsqu'un enfant alerte reconnaît sa position unique et tente de jouer une partie contre l'autre. Si un adolescent opiniâtre est furieux envers ses parents de lui avoir imposé une règle avec laquelle il est en parfait désaccord, par exemple, il pourrait déclarer ses intentions d'emménager avec sa mère biologique. Un enfant pourrait conclure que puisque sa mère adoptive n'est pas sa « vraie mère », son autorité, n'est pas, elle non plus, « réelle ».

Une mère biologique peut atténuer la friction en affirmant, pendant toute la vie de l'enfant, l'autorité que les parents adoptifs détiennent. Lorsqu'un enfant est jeune, la mère biologique peut ouvertement renforcer les décisions des parents adoptifs chaque fois que l'occasion se présente. Dans la jeune adolescence, il se peut que la mère ait à affirmer, au cours d'une conversation candide avec l'enfant, qu'il n'y a aucune possibilité que l'enfant emménage avec elle. L'humour peut souvent être utile pour diffuser les situations déplaisantes. Une mère biologique a répondu ce qui suit à sa fille mécontente : « Si tu crois que les règles de tes parents sont trop strictes, sois heureuse de ne pas avoir à vivre avec les miennes ! ».

Une des meilleures affirmations qu'une mère biologique peut accorder est de décrire la mère adoptive comme la « vraie mère » en présence de l'enfant et d'autres personnes. Cette affirmation solidifiera profondément l'arrangement de l'adoption ouverte : alors qu'elle ne diminue pas le rôle de la mère biologique, elle reconnaît les sacrifices consentis au quotidien par la mère adoptive.

## **Maintenir les lignes de communication ouvertes**

Dans toute relation, spécialement celles comportant des émotions intenses, les mésententes surviendront inévitablement. Le langage corporel sera mal interprété et des commentaires spontanés imbus de multiples sens. Il est donc crucial que les deux parties traitent les questions à mesure qu'elles se présentent, prévenant ainsi que des commentaires ou actions autrement innocents ne soient grossièrement mal interprétés, spécialement lorsque l'offenseur peut être complètement inconscient du crime commis par inadvertance.



Lorsqu'elle aborde une question, la mère biologique devrait tout d'abord analyser avec soin sa position. Une confrontation hâtive ou amère peut détruire la relation adoptive. Si elle décide d'écrire une lettre au couple adoptif, elle devrait réviser son ébauche avec sa conseillère avant de poster la copie finale. La conseillère peut également inviter la femme à un jeu de rôle afin de se pratiquer pour la discussion qu'elle initiera avec les parents adoptifs. Lorsque traitées de façon appropriée, les mésententes peuvent habituellement être résolues, et la relation adoptive renforcée.

La conseillère ne devrait jamais se placer au centre d'un conflit. Son rôle est de guider la mère biologique, lui donnant les outils requis pour acquérir des aptitudes de vie et de résolution de conflit, et non pas de mener ses combats à sa place.

### **Garder l'offre de cadeaux au minimum**

Pour plusieurs mères biologiques, l'offre de cadeaux constitue une expression tangible de leur amour pour leur enfant. Cependant, les dons excessifs peuvent nuire à l'enfant et être taxants pour la mère biologique et exaspérants pour le couple adoptif qui ne pourra s'empêcher de se sentir en concurrence. Une mère biologique peut choisir, à la place, de faire des offrandes de nature plus sentimentales ou d'apporter des petits cadeaux peu chers qui favorisent la créativité de l'enfant. Un ensemble d'autocollants, de crayons de couleur ou un livre peuvent être beaucoup plus utiles que le jouet dernier cri le plus bruyant.

La mère biologique devrait être sensible aux besoins des frères et sœurs de l'enfant, offrant également un petit cadeau à chacun d'eux.

L'habitude de donner des cadeaux peut également être évitée complètement.

### **Éviter d'entretenir des rêveries**

Une femme perspicace peut en arriver à se rendre compte que le couple adoptif trépassera avant que l'enfant n'ait atteint l'âge adulte. Comme pour tout autre parent, les couples adoptifs ne sont pas immunisés contre les risques d'accidents ou de maladie, et peuvent même y être exposés davantage selon l'âge auquel ils ont adopté. La mère biologique pourrait alors se créer des scénarios fantaisistes selon lesquels l'enfant lui reviendrait alors.

Si une tragédie survient, toutefois, retourner l'enfant à sa mère biologique pourrait être un des événements les plus dévastateurs de sa vie. Non seulement aura-t-il perdu ses parents mais on lui enlèvera aussi sa famille adoptive élargie. À moins que la mère biologique vive dans des circonstances exceptionnelles, elle ne devrait jamais s'attendre à un retour éventuel de l'enfant et elle ne devrait pas non plus éprouver de ressentiment à l'endroit du couple adoptif si celui-ci ne la désigne pas comme le gardien légal de l'enfant dans leur testament.

## **Respecter les limites fixées par le couple adoptif**

Même si une mère biologique est en désaccord avec une limite, et que son désaccord est fondé, elle devrait tout de même respecter les volontés du couple adoptif. Tous les parents ont droit à l'erreur, y compris les parents adoptifs. Une mère peut respectueusement poser des questions concernant les motifs des limites, puis elle doit alors les accepter. Réagir aux demandes du couple adoptif d'une façon rien de moins que complètement respectueuse imposera une tension sur l'adoption.

## ANNEXE 1 : LA LETTRE « CHER BÉBÉ »

Les consignes suivantes peuvent aider à la rédaction de la lettre « Cher bébé » :

« Cher bébé », (personnaliser autant que possible, si le nom ou le sexe de l'enfant est connu)

« Je t'écris la présente lettre parce que... »

- Pour t'assurer de mon amour ;
- Pour que tu puisses comprendre les raisons pour lesquelles j'ai choisi de te confier en adoption ;
- Pour te montrer combien de soutiens les parents adoptifs que j'ai choisis pour toi...

« Certaines raisons qui m'ont menée à décider de te confier en adoption sont... »

- Expliquer qui elle est et à quelle stade de vie elle est rendue ;
- Expliquer respectueusement sa relation avec le père biologique ;

« J'ai choisi tes parents adoptifs parce que... »

- Montrer combien de soins ont été accordés à la sélection ;
- Valoriser le couple adoptif.

« Mes espoirs, prières et rêves pour toi comprennent... »

- Dire ce qu'elle espère que l'enfant deviendra.

« Je veux que tu saches ce que tu signifie pour moi... »

- La mère peut décrire l'expérience de l'avoir porté et référer à des moments intimes qu'ils ont partagés ;
- Indiquer comment elle envisage l'avenir, p.ex. « J'espère qu'on pourra établir une amitié spéciale au fil des années » ; ou pour une adoption fermée : « J'attendrai avec impatience le jour où tu communiqueras avec moi. J'aurai très hâte de voir la personne que tu es devenu(e) » ; Si la mère désire demeurer anonyme, elle devrait expliquer ses motifs, p. ex. en reconnaissant que la vie et les circonstances placent parfois les gens sur des sentiers différents. Toutefois, le fait que l'enfant demeurera toujours dans son cœur devrait être accentué.

« Avec tout mon amour,

Ta mère biologique, » (signer le prénom)

## ANNEXE 2 : ENTENTE TYPE DE COMMUNICATION

### AVANT L'ADOPTION

**Déterminer avec la mère biologique ses préférences quant aux éléments suivants ;**

- Endroit des rencontres  
Endroit public : \_\_\_\_\_ ;  
Maison des parents adoptifs : \_\_\_\_\_ ;
- Nombre de rencontres avant de faire le choix : \_\_\_\_\_ ;
- Nombre de parents adoptifs potentiels à rencontrer : \_\_\_\_\_ ;

### APRÈS L'ADOPTION

Niveau d'engagement attendu

- Une lettre ou une photo chaque année pour les deux premières années de l'enfant ? \_\_\_ ;
- Des lettres et des photos pendant toute la vie de l'enfant ? \_\_\_\_\_ ;
- Des lettres et photos fréquemment et un appel à l'occasion ? \_\_\_\_\_ ;
- Des appels réguliers et une visite chaque année ? \_\_\_\_\_ ;
- Des visites à des dates significatives pendant l'année ? \_\_\_\_\_ ;

- Des visites mensuelles ? \_\_\_\_\_ Des visites hebdomadaires ? \_\_\_\_\_ ;
- À quoi ressemblerait une visite
  - Visite de deux heures avec le couple et l'enfant dans un endroit public ? \_\_\_\_\_
  - Une visite à la maison avec la famille pour la durée d'une après-midi ? \_\_\_\_\_
  - Un temps seule avec l'enfant comme gardienne ? \_\_\_\_\_
  - Une fin de semaine mère biologique et enfant ? \_\_\_\_\_.

### **ANNEXE 3 : LETTRE DES PARENTS ADOPTIFS À LA MÈRE BIOLOGIQUE**

Les parents adoptifs éventuels peuvent aider la mère biologique dans son processus de pré-sélection des parents adoptifs éventuels de son enfant en fournissant au service d'adoption une lettre à l'intention de la mère biologique. Celle-ci peut emprunter la formule suivante, déjà éprouvée dans certains services d'adoption.

#### **LETTRE « CHÈRE MÈRE BIOLOGIQUE »**

Longueur : 2 pages, dactylographiées

Titre : Prénoms des parents adoptifs éventuels

Photo 1 : Gros plan le plus récent possible des deux parents ensemble

Section intitulée « Nos choses préférées » (être précis)

Section intitulée « Moments déterminants dans notre vie » (laisser transparaître vos valeurs)

Photo 2 : Gros plan le plus récent possible des deux parents ensemble

Signer les deux prénoms puis les dactylographier sous les signatures

Style : conversationnel, au « nous »

Format : 2 colonnes, recto-verso

#### **PROFIL (FAITS)**

Longueur : entre 2 et 25 pages

Section « Notre mariage » ou « Notre union » : soyez vrais, humoristiques (pas de photos de mariage)

Section « Intérêts » : comment vous passer votre temps, vos espoirs et vos rêves

Section « Famille » : fréquence de vos contacts, qualité de vos liens avec eux

Section « Amis » : fréquence de vos contacts, qualité de vos liens avec eux

Section « Religion »

Section « Soins de l'enfant » : rôle du père, son intérêt, sa participation

Section « Animaux domestiques »

Section « Notre relation avec vous/toi » : se présenter comme souples et ouverts. Présenter vos sentiments et comment vous voyez l'adoption ouverte.



## ANNEXE 4 : FICHE DE SUIVI DE GROSSESSE

(voir Delahaye, M.-C., Livre de bord de la future maman, 2007, Marabout, 480 p.)

Semaines d'aménorrhée (SA) Taille* Poids	Semaines de grossesse (SG) Mois/Trimestre	RÉVOLUS	à la fin
de la sem.			
Date du 1er jour de mes dernières règles			
SA1 Date : _____	SG0	0	s/o
s/o			
SA2 fécondation	SG0	0	150
mièmes x 1 mm			
SA3	SG1(J1-J7) = « zygote-morula-blastocyste »		250
mièmes x 1 mm			
SA4	SG2 (J8-J14) = « embryon » tout court		0,2 mm
—			
SA5	SG3 (J15-J21)		1,5 mm
—			
SA6	SG4 (J22-28)	1	5-7 mm
—			
SA7	SG5 (J29-J35)		10-14
mm      1,5 g			
SA8	SG6 (J36-J42)		17-22
mm      —			

SA9 2-3 g	SG7 (J43-J49)		3 cm
SA10 cm 10 g	SG8 (J50-J56)	2	4 ou 5,5
SA11 7,5cm 18 g	SG9 (J57-J63) = « foetus »		5 ou
SA12 cm 28 g	SG10 (J64-J70)		6 ou 8,5
SA13 cm 45 g	SG11 (J71-J77)		7 ou 10
SA14 cm 65 g	SG12 (J78-J84)		8 ou 12
SA15 cm 110 g	SG13 (J85-J91)	3-Fin 1 <sup>er</sup> trim.	9 ou 14
SA16 cm 135 g	SG14 (J92-J98)		10 ou 16
SA17 17,5 cm 160 g	SG15 (J99-J105)		11 ou
SA18 cm 200 g	SG16 (J106-J112)		12 ou 19
SA19 cm 240 g	SG17 (J113-J119)	4	13 ou 20
SA20 21,5 cm 335 g	SG18 (J120-J126)		14 ou
SA21 22,5cm 385g	SG19 (J127-J133)		15 ou
SA22 cm 440 g	SG20 (J134-J140)		16 ou 24
SA23 cm 500 g	SG21 (J141-J147)		17 ou 26
SA24 cm 560 g	SG22 (J148-J154)	5	18 ou 28

SA25 cm 650 g	SG23 (J155-J161)		19 ou 30
SA26 32 cm 750 g	SG24 (J162-J168)		20,5 ou
SA27 cm 870 g	SG25 (J169-J175)		21 ou 33
SA28 cm 1 kg	SG26 (J176-J182)	6-Fin 2 <sup>e</sup> trim.	22 ou 34
SA29 cm 1,15 kg	SG27 (J183-J189)		23 ou 35
SA30 cm 1,3 kg	SG28 (J190-J196)		24 ou 36
SA31 cm 1,5 kg	SG29 (J197-J203)		25 ou 37
SA32 cm 1,7 kg	SG30 (J204-J210)	7	26 ou 39
SA33 40,5 cm 1,9kg	SG31 (J211-J217)		27 ou
SA34 cm 2,1 kg	SG32 (J218-J224)		28 ou 42
SA35 cm 2,2 kg	SG33 (J225-J231)		29 ou 43
SA36 cm 2,4 kg	SG34 (J232-J238)	8	30 ou 45
SA37 cm 2,65 kg	SG35 (J239-J245)		32/ 46,5
SA38 cm 2,9 kg	SG36 (J246-J252)		33 ou 48
SA39 cm 3,3 kg	SG37 (J253-J259)		34 ou 50
SA40 cm 3,5 kg	SG38 (J260-J266)	9 – Fin 3 <sup>e</sup> trim.	34 ou 50
Ou SA41 cm 3,7 kg	SG39 (J267-J273)	9 - Fin 3 <sup>e</sup> trim.	34 ou 50

\* La taille est donnée en deux temps : 1) tête-coccyx ; 2) tête aux talons

Date de la naissance : Date du 1<sup>er</sup> jour des dernières règles : JJ+7/MM-3 = \_\_\_\_\_, soit en moyenne 266 jours après la conception, plus ou moins deux semaines.

- Rapport sexuel : Entre 60 et 500 millions de spermatozoïdes sont déposés dans le vagin. En 2 à 10 minutes, ceux-ci ont traversé le col de l'utérus ; Dans l'utérus, ils se déplacent à une vitesse de 2 à 3 mm par minute ;
- 1 h 30 à 2 h plus tard : entre 100 et 200 spermatozoïdes seulement arrivent au tiers supérieur/ extérieur de la trompe de Fallope ; Ils ont voyagé 6-8 cm dans l'utérus, puis 10 cm dans la trompe, pour un total d'environ 16 cm (160 mm) (div. par 2 = 90 minutes). Ils peuvent attendre et survivre 1 ou 2 jours pour l'ovulation ;
- **SG1 (J1-J7)**
  - **J1**
    - La fécondation, c'est-à-dire la création de la première cellule d'un nouvel être humain, ou « zygote », prend 1 heure 30 à partir de la pénétration d'un spermatozoïde dans l'ovocyte et la fusion du noyau de celui-ci avec celui de l'ovocyte ; Le zygote commence son voyage de 3 jours vers l'utérus ; Le zygote est composé de 46 chromosomes, 23 de chaque parent. Si le spermatozoïde a un chromosome sexuel « y », c'est un garçon ; si le spermatozoïde a un chromosome sexuel « x », c'est une fille.
  - **J2**
    - Environ 30 heures plus tard, la segmentation commencera et les 2 cellules ainsi obtenues se nommeront « blastomères » (**division 1**) ; Vers la 36<sup>e</sup> heure de vie de l'enfant, chacune de ces deux cellules se divisera en 2, pour en donner 4 (**division 2**) ;
    - Vers la 40<sup>e</sup> heure de vie de l'enfant, chacune des 4 cellules se divisera en deux, pour en donner 8 (**division 3**) ;
  - **J3**
    - Vers la 50<sup>e</sup> heure de vie de l'enfant, chacune des 8 cellules se divisera en deux, pour en donner 16 (**division 4**) ; À ce stade l'enfant se nommera « **morula** » pour l'aspect de « mure » que prend son corps ; La morula a la même taille que l'ovocyte initial ;

- Vers la 60e heure de vie de l'enfant, chacune des 16 cellules se divise en 2 pour en donner 32 (**division 5**) ;
- Vers la 72e heure de vie de l'enfant (fin du jour 3), chacune des 32 cellules se divise en 2 pour en donner 64 (**division 6**) ; maintenant l'œuf commence à augmenter de volume ; La morula est arrivée dans l'utérus ; elle s'appelle maintenant « **blastocyste** » ; Elle mesure **250 µm** ; À l'intérieur du blastocyste, la couche cellulaire externe de l'œuf, ou « **trophoblaste** », secrète l'**hormone gonadotrophine chorionique (HGC)**, laquelle maintient en activité pendant 3 mois le « **corps jaune** » (soit le follicule qui contenait jadis l'ovocyte et qui s'est transformé en glande produisant de plus en plus d'œstrogène et de progestérone afin d'assurer la poursuite de la grossesse) ;
- **J4-6**
- L'enfant flotte librement dans l'utérus cherchant le meilleur endroit pour s'implanter ;
- **J7**
- L'enfant commence à s'implanter dans la muqueuse utérine ; Il mesure **0,1 mm** ;
- **SG2 (J8-J14)**
- **J8-10** : L'enfant s'implante complètement dans la muqueuse utérine ;
- **J8** : Le **disque embryonnaire** mesure entre **0,1 et 0,2 mm** ;
- **J8** : La « poche des eaux » ou « cavité amniotique » se forme ;
- **J12** : ébauche du placenta, qui prendra la relève du corps jaune au 4<sup>e</sup> mois et qui assurera les fonctions de tous les organes avant que ceux-ci ne soient achevés ;
- **SG3 (J15-J21)**
- **J15** : taille : 0,2 mm
- **J17-J19** : cerveau primitif en place ;
- **J21** : cœur primitif qui bat ; taille : 1,5 mm
- **SG4 (J22-28)**

- **J22** : Taille : 0,2 m ;
- **J28** : Taille : 5 à 7 mm ; bébé flotte dans la cavité amniotique relié par le cordon ombilical ; le sang circule ; poids multiplié par 10 000 depuis J1 ;
- **SG4** : « Mommy blues »;
  
- **SG7** : bébé bouge
  
- **SG9** : 40 000 fois plus gros qu'à la conception
  
- **SG12** : pénis visible
  
- **SG13** : succion/poings
  
- **SG16** : Maman sent bébé bouger
  
- **7<sup>e</sup> mois** : viabilité 27<sup>e</sup> SG/29SA (p. 315)
  
- **8<sup>e</sup> et 9<sup>e</sup> mois** : prend 50 % du poids total
  
- Les 1<sup>ères</sup> semaines, la taille du bébé doublait tous les jours, puis, toutes les semaines ; à la 10<sup>e</sup> semaine de grossesse, il doit attendre plusieurs semaines avant de la doubler de nouveau.

