

Des triplées?

Un enfer pour les autres, pour moi le bonheur

Espérer avoir un enfant et attendre des triplés, un heureux événement puissance trois? C'est ce qu'a ressenti Charlotte à cette annonce qui chamboule vraiment tout. Témoignage. Par Caroline Goullioud



CHARLOTTE, 39 ANS, JOURNALISTE
Ses filles ont aujourd'hui 5 ans. A leur arrivée, toute la famille s'est mobilisée pour l'aider. Elle a aussi été soutenue par l'association Jumeaux et plus.

L'annonce m'a rendue euphorique

« A la suite d'une fécondation in vitro, la première échographie me confirme que je suis bien enceinte... de jumeaux. Quel bonheur! Le deuxième examen (une échographie qui a lieu au bout de trois mois) est un choc émotionnel: en réalité, j'attends des triplés. A cette annonce, je suis prise d'un fou rire interminable... Anthony, mon compagnon, se met à arpenter la pièce de long en large en répétant: "Il va falloir s'organiser..." Bon, comment s'y prendre..." C'était fou, tout simplement.

En revanche, la réaction de mon entourage était globalement teintée de stupeur. De "Ah! Merde..." à "Déjà qu'un seul, c'est compliqué..." en passant par "Mais ça va être un enfer!", on était loin des félicitations d'usage. Pourtant, leur inquiétude ne m'a jamais contaminée. Attendre trois enfants, quand deux étaient annoncés, c'était magnifique: dans ce parcours archimédicalisé, où tout était maîtrisé, il se passait quelque chose d'imprévu, comme si la nature avait repris ses droits. Je me suis focalisée sur ma grossesse et le bon développement de mes bébés. Rien d'autre ne comptait. Anthony, organisait l'avenir, réfléchissait à l'aspect matériel des

choses: changer de voiture, d'appartement... Je savais de tout début que mes filles naîtraient prématurées et passeraient leur premier mois en couveuse. Mes petites merveilles ont bien lutté. En réalisant qu'elles avaient réussi à s'en sortir, j'ai eu totalement confiance en elles. J'ai cessé de m'inquiéter: je savais que, désormais, tout irait bien.

Ma nouvelle vie de super maman

Les six premiers mois, nous n'avons pas touché terre. Pour s'en sortir, il a fallu une organisation draconienne. L'objectif: être super efficaces et donc faire baisser le

DIDIER ROSIÈRE

stress contre-productif. Ne pas s'énerver ni paniquer, sans quoi tout dérape. Etre mère de triplées, c'est une école de maîtrise de soi. Parfois, j'étais si épuisée que je rêvais que j'étais en train de leur donner leur biberon. Et quand elles se réveillaient en pleurant parce qu'elles avaient faim, pendant une seconde je me disais: "Mais je viens de leur donner deux fois... oh non! je dois recommencer!" Sur le coup, c'est difficile de prendre du recul. Je pensais: "Ben voilà, ça va être comme ça, ma vie!" J'essayais de grappiller cinq heures de sommeil par jour. En fait, l'énergie se recharge à toute vitesse avec les bébés. Un sourire, un geste, une mimique nous comblent

de bonheur et nous donnent des ailes. Lorsque, dans la rue, les gens me disaient: "Oh là là, bon courage!" Je trouvais ça complètement inadapté. J'étais tellement heureuse et chanceuse! On apprend vite à être efficace et à ne pas reproduire ce qui ne fonctionne pas. Si je n'avais eu qu'un enfant, j'aurais peut-être été tentée de me conformer à des principes éducatifs. Or, avec des triplées, on expérimente, on teste, on innove. La "recette", nous devons la trouver à chaque fois. C'est une joie de voir mes filles grandir, de les observer. Elles font leurs apprentissages quasi au même moment, chacune à sa façon, et se montrent très solidaires. La première fois

que leur lien s'est manifesté, c'est à la crèche, lorsqu'on les a posées toutes les trois sur le tapis. Alors qu'elles semblaient s'ignorer jusque-là, elles se sont donné la main. Quand l'une a fait ses premiers pas, puis la deuxième, toutes les deux ont applaudi quand est arrivé le tour de la troisième (sous les yeux de leurs parents bouleversés)!

Je les aide à trouver leur propre place

Parfois, elles s'étripent. Elles ont besoin de respirer et ne montrent pas de la même façon leur besoin d'attention (grogneries, colère, bêtises... chacune son style). C'est le moment de leur consacrer du temps en particulier. Alors, j'en embarque une, pour aller à la piscine par exemple, rien que nous deux. Ses sœurs restent avec leur père. Depuis qu'elles sont scolarisées, elles ne sont pas dans la même classe. Ainsi, elles peuvent développer leur propre univers. Et aussi, être différenciées, échapper aux comparaisons, ne pas être mises dans le même sac des "triplées". Nous sommes très vigilants à ne pas les enfermer dans des rôles ou des traits de caractère. Afin de ne pas attiser les tensions ou les rivalités, je note tout: à côté de laquelle je me suis assise à table pour changer de place au repas suivant, par exemple. Ce procédé apaise les fantasmes d'injustice et les frustrations. Le soir, celle qui choisit l'histoire (à tour de rôle) que je vais lire et la chanson que je vais chanter, va se laver les dents la première. Chaque avantage a sa petite contrainte. Comme dans la vie. Et toutes les fois que je regarde les visages de mes filles penchés sur le livre de la lecture du soir, et dans tous les moments de détente, loin des contingences, je ressens la même intensité. Et je mesure mon incroyable chance... »



Isabelle Sudre, présidente de la Fédération Jumeaux et plus*

« DES DIFFICULTÉS ACCRUES »

En France, la naissance de triplés concerne moins de 2% des familles, mais leurs difficultés (psychologiques, sociétales et budgétaires) sont multipliées. Toutes sollicitent l'aide de l'association, présente dans chaque département. Elle les accueille, met du matériel à leur disposition (poussettes, etc), assure un suivi médical pendant la grossesse, ainsi qu'une préparation psychologique. Des groupes de paroles entre familles peuvent permettre d'échanger sur les difficultés et les solutions, de partager les expériences... Le comité scientifique, composé de gynécologues, d'obstétriciens et de psychologues, forme des bénévoles qui assurent une prévention face aux différents risques comme les naissances prématurées, les difficultés du couple (risques de divorce accrus), le burn-out maternel, etc. Sensibiliser les pouvoirs publics à ces enjeux, tel est l'autre volet du travail de la fédération.

* www.jumeaux-et-plus.fr