

Daronne



PARENTALITÉ

« Je me fais passer après tout et tout le monde » : dans la vie de Paula, mère célibataire d'un enfant

Manon Portanier | Publié le 01 mai 2024 à 20h10

MADMOIZELLE > DARONNE > PARENTALITÉ

É

tre mère et célibataire peut-être une véritable épreuve de vie. Entre confinements, dépression du post-partum et solitude, Paula nous livre, avec pudeur et courage, son témoignage fort sur les deux premières années de la vie de son fils.

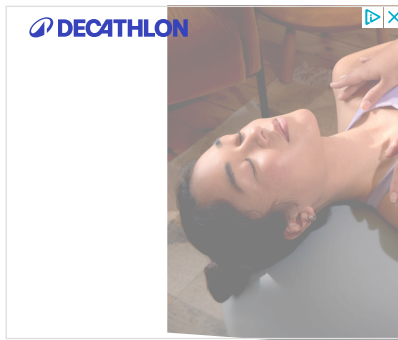
Je suis tombée enceinte en 2020 et je n'étais avec le père que depuis un r s'investir de la manière qu'il voulait et autant qu'il le voulait, ma limite étant que je ne voulais pas qu'on habite ensemble. **Il a dit ne rien vouloir savoir, et on s'est séparé.** Je ne lui ai plus jamais donné de nouvelles, comme il me l'avait demandé. J'ai quand même gardé son numéro de téléphone — avec son accord — au cas où l'enfant veuille un jour prendre contact avec lui.

L'Apéro des Daronnes avec Cécilia Creuzet



L'annonce est supprimée.

[Afficher les détails](#)



Une grossesse seule et confinée

J'ai donc vécu **ma grossesse seule, pendant le confinement**. Heureusement, j'avais une colocataire super, qui m'a beaucoup écouté et soutenu. Puis j'ai déménagé pour me rapprocher de ma famille.

Les premiers mois ont été terribles pour moi, avec le couvre-feu, les confinements, personne ne pouvait passer me voir ou me relayer quelques heures. J'habite un petit village à côté de mon papa, et mes frères et sœurs habitent tous à moins d'une heure de route, mais je n'ai pas le permis.

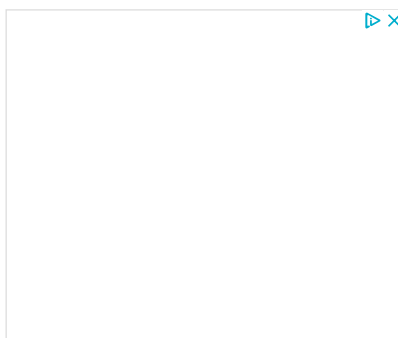
J'ai eu la chance d'être mise en contact avec les **soignantes de la PMI**, et elles ont été super. La pédiatre, et surtout l'infirmière puéricultrice, étaient très à l'écoute et je pouvais me confier vraiment. Elles ont décelé au bout de quelques mois que **j'avais besoin d'aide urgemment**.

Une dépression du post-partum

Elles ont contacté la crèche pour que j'aie une place en urgence. De plus, elles m'ont pris un rendez-vous à l'unité mère-enfant à l'hôpital de Chambéry, où j'ai pu être suivie une fois par mois par une psychiatre pour des séances avec mon bébé. Elle disait que c'était important qu'il soit là pour qu'il comprenne que je ne vais pas bien, mais que je fais le nécessaire pour aller mieux.

Le suivi se terminait aux deux ans de l'enfant, et j'ai repris l'été dernier un autre suivi, mais en hypnose cette fois, et ça me fait beaucoup de bien. Je pense (enfin, je sais !) qu'on ne peut pas s'en sortir seule, qu'il faut s'entourer **d'une équipe de choc, de personnes-ressources**, que ce soit de la famille, des amis et des professionnels de santé.

Publicité



La puéricultrice de la PMI qui me proposait souvent des rendez-vous que toutes les deux finissait l'entretien en disant : « *si vous avez besoin d'entendre que vous êtes une bonne mère, appelez ce numéro !* »

L'Apéro des Daronnes avec Cécilia Creuzet

J'ai mis mon fils à la crèche à partir de ses six mois, un jour par semaine. Au début, il y allait une demi-journée, puis de plus en plus et finalement, vers ses un an et demi, ils ont eu de la place pour le prendre tous les jours. Ça m'a libéré d'un grand poids ! Étant seule et sans emploi, **je ne payais pas grand-chose : 0,40 € de l'heure**.

J'ai eu la chance d'avoir beaucoup de droits au chômage, et j'ai donc pu rester sans travailler pendant deux ans et demi en ayant un revenu correct. Puis j'ai passé sept mois au RSA avant de trouver un boulot qui me plaît vraiment beaucoup.

La reprise du travail

Je n'aurais pas été capable de travailler les deux premières années de la vie de mon fils. J'ai traversé une sévère dépression du post-partum. Qu'est-ce que j'ai pu me sentir seule ! Malgré la famille, les ami.e.s, mon copain — que j'ai rencontré quand mon fils avait un an — je me suis sentie complètement abandonnée. Et ça m'arrive encore parfois, bien sûr.

À voir aussi L'Apéro des Daronnes avec Cécilia Creuzet

Veillez fermer la vidéo flottante pour reprendre la lecture ici.

La plus grande souffrance, c'est de savoir que je n'ai personne pour prendre le relais quand je n'ai plus la force ni la patience. Heureusement, j'ai une amie maman solo aussi qui habite près de chez moi, et qui sait ce que je traverse.

Publicité

Elle me propose régulièrement de garder mon fils de temps en temps, une nuit en semaine, pour que je recharge mes batteries. Quand mon copain vient et qui a l'énergie suffisante, il gère la nuit. Mon fils se relève toutes les nuits pour venir dans mon lit, puis me grimpe dessus, me pousse, etc.

Être mère célibataire et devoir tout gérer

Le quotidien est lourd à porter. Dès que mon fils a des soucis ou que la maîtresse me dit qu'il a du mal à faire ceci ou cela, ma première réaction est de me demander ce que j'ai n...
parent, le problème vient forcément de moi. Quelle pression !

L'Apéro des Daronnes avec Cécilia Creuzet

Et puis, dès que j'ai un coup de *moins bien*, que le moral n'est pas bon, mon fils le sent direct et ne me lâche plus. Ça n'arrange pas les choses, parce que dans ces moments-là, j'ai besoin de repos, de calme et d'espace. En plus, je culpabilise de lui mettre mon stress dessus. Alors, je lui explique, je lui dis que ça arrive à tout le monde d'avoir des périodes pas cool, que je fais tout pour aller mieux, que c'est à moi de prendre soin de moi parce que c'est moi l'adulte...

Depuis que j'ai repris le travail, j'ai du mal à prendre le rythme. Il est très collant puisqu'on se voit moins — il va à la garderie tous les soirs — et moi, j'ai du mal à gérer sur tous les plans. J'ai un nouveau boulot où je veux faire mes preuves, dans un poste à responsabilités, mon fils, son école, ses copains, ses bobos, notre alimentation, l'entretien de la maison, **les courses**, etc. Et mon papa qui vieillit et que je dois aider dans beaucoup de choses...

Publicité

Trouver son village et ses « personnes-ressources »

Ce qui me pèse le plus en ce moment, c'est de trouver des solutions de garde. Jusqu'à maintenant, une amie le prend deux soirs par semaine — la garderie ferme à 18 h 30 et je finis à 19 h, et à cela s'ajoute le temps de rentrer à la maison.

Les parents de son meilleur ami prenaient mon fils un soir par semaine, mais ils m'ont demandé de trouver une autre solution, parce que ça leur faisait trop... Donc j'ai pu demander à finir une heure plus tôt les jeudis temporairement. Mais ça ne peut pas durer, et je dois tout revoir et recalculer les couts des différentes possibilités.

Je me fais passer après tout et tout le monde donc je n'ai plus d'énergie pour rien. L'hypnose m'aide beaucoup à me recentrer sur mes besoins, et c'est un super béquille pour chercher mon équilibre.

Encore aujourd'hui, quand les vacances arrivent et qu'il va être plus souvent à la maison avec moi, je stresse. Je sais que je n'aurai pas de patience et que les moments de meilleure qualité seront lorsque j'aurai eu du temps pour moi. Pas forcément pour me reposer d'ailleurs, mais du temps où je me fais du bien, où je fais des choses qui me ressourcent.

Je pense **qu'être maman solo**, c'est devoir gérer tous les rôles et toutes les tâches, tout en ayant cette voix intérieure qui nous blâme nous-mêmes et que personne, à la maison, ne peut faire taire. La force se trouve dans la solidarité, et il faut trouver des personnes-ressources qui nous font du bien, et nous soulagent quand on en a besoin. Et puis, il faut accepter le fait de **ne pas pouvoir être une maman parfaite**.

L'Apéro des Daronnes avec Cécilia Creuzet

À lire aussi : **« Maman solo, je subis de plein fouet l'inflation et le quotidien à gérer » : dans la vie de Mélissa, mère célibataire d'un enfant**

— Plus d'articles au sujet du **féminisme**