

## LA DEPRESSION POST- NATALE

### Argument pédagogique

La grossesse et la naissance représentent une période de transition et de mutation nécessitant une réorganisation et une réadaptation interpersonnelles et intrapsychiques. Le risque de troubles psychiques est extrêmement élevé dans la première année qui suit la naissance de l'enfant.

La dépression postnatale pose un réel problème de santé publique puisqu'elle concerne 10 à 19 % des femmes et qu'elle peut avoir de nombreuses répercussions sur la mère, les enfants et le couple.

Il est donc majeur pour les sage-femmes de ne pas banaliser les différents symptômes de cet état dépressif car le traitement de la dépression postnatale est plus efficace si elle est détectée tôt.

### Objectifs

- Comprendre le fonctionnement psychique de la future/jeune maman
- Connaître les troubles psychopathologiques pouvant se manifester chez la parturiente et savoir les différencier
- Evaluer les facteurs de risque de la dépression postnatale en vue de sa prévention

## JOURNÉE 1 CONNAITRE, COMPRENDRE ET PREVENIR

### I. « Devenir mère » : une véritable crise identitaire (Rappel de quelques notions fondamentales pour mieux comprendre le contexte psychique particulier)

1. Tordre le cou au mythe de l'amour maternel
2. Comprendre des notions fondamentales pour accompagner les parturientes, telles que :
  - L'« adoption symbolique »
  - La « préoccupation maternelle primaire »
  - « L'enfant imaginaire »,
  - La dette de vie (ou comment s'inscrire dans sa lignée)
  - Le complexe d'œdipe (à revisiter)
3. Sortir des idéologies :
  - La grossesse un sacre voyage psychique
  - La grossesse sous haute surveillance
  - (Re)tisser son couple et sa tribu, entre complicités, pressions et malentendus

### II. Définitions

1. Diagnostic différentiel les différentes manifestations plus ou moins pathologiques du post-partum
  - Le baby-blues
  - Les psychoses puerpérales
  - Les dépressions du post-partum
2. Symptomatologie

### III. ÉTIOLOGIE et facteurs de vulnérabilité

1. Les facteurs de vulnérabilité d'ordre social :
  - Précarité
  - Exil
  - La mère « trop parfaite », les trop grandes attentes des futurs parents
2. Les facteurs de vulnérabilité liés à la famille :
  - Les trop grandes attentes de l'entourage proche
  - L'isolement
3. Les facteurs de vulnérabilité liés au corps :
  - Repérer les syndromes post-traumatiques lorsque l'accouchement a été compliqué
  - Quand l'appropriation d'une nouvelle image de soi devient difficile,
  - Quand le corps à corps avec son nouveau-né est compliqué voire impossible
4. Les facteurs de vulnérabilité liés à l'histoire de vie :
  - Les traumas
  - La relation de couple et la place du futur père
  - Les contextes particuliers de violences conjugales
  - Les troubles antérieurs non diagnostiqués
5. Cas particuliers
  - Grossesses non-désirées et ambivalence
  - Vécus antérieurs de pertes de grossesses (fausses-couches, IVG, IMG etc.)
  - Problèmes de santé de l'enfant
  - Naissances prématurées

### IV. Les conséquences de la dépression postnatale

1. Sur le développement psycho-affectif du bébé
2. Sur le développement cognitif du bébé
3. Sur la santé psychique de la mère
4. Sur l'avenir du couple parental

## JOURNÉE 2 LE REPERAGE ET LA PRISE EN CHARGE

- I. Quelques indications pour une meilleure identification de la dépression du post-partum lors d'un entretien
  1. L'écoute empathique
  2. La reformulation
- II. Les repères d'observation et signaux d'alerte lors de la mise en place des circuits de l'échange
- III. Présentation de l'outil d'évaluation EPDS
- IV. Mises en situation autour de jeux de rôles

- I. **Travaux en sous-groupe autour de l'élaboration d'une grille d'appréciation du trouble**
- II. **Les différentes modalités d'accompagnement, de prise en charge et de traitement**
  1. Les différents groupes de soutien : lutter contre l'isolement
  2. Mieux connaître les différentes prises en charge psychothérapeutiques
  3. Les interventions à domicile
  4. La prise en charge médicamenteuse
  5. Les unités parents-enfants
- III. **Prévenir**
  1. Rituels ancestraux et renouveau des rites aujourd'hui
    - « Baby showers » et « Blessingways »
    - Le renouveau du baptême et les « relevailles »
    - Deuil périnatal : Des sanctuaires à répits aux cérémonies contemporaines et virtuelles

## Moyens pédagogiques

Livret pédagogique et bibliographie remis aux participants sur clé USB

Présentation sur PowerPoint

Pédagogie interactive

## Intervenant

Béatrice DUPREZ, psychologue clinicienne

**Formation de 2 jours soit 14h**

**Prix 594 € déjeuners compris**

**Prérequis : Aucun**

**2023-Version 1**