

ÉLO K.

LE PETIT COLOC

ÉDITIONS MAÏA

Découvrez notre catalogue sur :
<https://editions-maia.com>

Un grand merci à tous les participants de
simply-crowd.com qui ont permis à ce livre
de voir le jour :

...

...

© Éditions Maïa

*Nos livres sont éthiques et durables : économes en papier et en
encre, ils sont conçus et imprimés en France.*

*Tous droits de traduction, de reproduction ou d'adaptation
interdits pour tous pays.*

ISBN 978-2-38441-776-6

Dépôt légal : septembre 2023

I. Introduction

Le petit coloc est un livre autobiographique qui relate mon histoire, celle d'une maman très fragile qui fait l'expérience de la maternité à 36 ans mais pas seulement.

Je vais commencer ce livre en vous faisant la présentation de ma colocation.

Coloc numéro 1 : Papa Tiger, mon mari depuis 6 ans.

Infirmier comme moi, passionné par le golf, ne possédant que 40 cm dans notre lit et une place restreinte dans le dressing.

Coloc numéro 2 : Maman Névro

Infirmière anesthésiste (marchande de sable pour l'ensemble de la population sauf son fils). Passionnée par son mari et son petit garçon, à l'aise dans le lit parental et gestionnaire du dressing.

En psychothérapie depuis 2 ans et sous antidépresseurs.

Coloc numéro 3 : Le petit coloc'

Qui a été tout d'abord locataire de mon ventre pendant 39 semaines ! Au terme du bail, a laissé quelques dégâts physiques que les femmes qui me lisent devineront. Il n'a évidemment pas récupéré sa caution !

Puis il fut locataire de nos nuits durant 3 mois. Un biberon toutes les 6 heures, dur dur.

Puis locataire de notre lit et de notre chambre depuis à peu près 2 ans...

Le petit coloc' est un beau petit blond aux yeux bleus avec un charme fou, un sourire magnifique et doté d'un grand pouvoir de manipulation.

Vous l'avez compris, nous sommes trois dans cette colocation. Papa Tiger, maman Névro et le petit coloc', notre petit garçon. Mais l'histoire de papa Tiger et maman Névro, aboutissant à la création de ce bail très longue durée, a démarré il y a bien longtemps. Vous le découvrirez dans la suite de cet ouvrage.

Ce livre explique et relate l'histoire d'une maman, son fils et son mari. Comment devenir parent peut bouleverser une vie et comment on peut survivre à tout cela sur fond d'une crise sanitaire sans précédent qui remettra en question énormément de choses.

Grâce à cet ouvrage, j'espère aider des jeunes mamans en leur montrant qu'elles ont le droit d'être malheureuses après la maternité, que cela ne définira pas la maman qu'elles seront plus tard. De plus la dépression n'est pas une fatalité ni une honte pour une femme. L'important c'est d'être une maman et une femme tout simplement, être une **femman**.

II. Introduction ou prologue

— Pousse ! Pousse ! Je vois la tête, bon là il faut qu'il sorte, m'assène la sage-femme !

Un bruit sourd retentit derrière moi, il est lent et profond. C'est le cœur de mon bébé, son rythme est dangereusement lent. Je suis infirmière ; je sais que le cœur de mon bébé est trop lent et qu'il faut que j'accouche rapidement sinon les choses risquent de se compliquer. Il en est hors de question. Je dois tout donner. Je prends une dernière inspiration et je pouuuuusse !

— Ne pousse plus ! me dit la sage-femme. Il est là !

Je la vois retirer un tour puis deux tours et enfin trois tours de cordon autour du cou de mon bébé. Mon Dieu ! Dans le jargon, on appelle cela une triple circulaire. Ces trois tours de cordon autour du cou de mon bébé expliquent le ralentissement profond de son petit cœur.

Elle met ensuite ce petit être qui vient de sortir de mon corps sur ma poitrine. La première image que j'ai de lui c'est un long corps tout maigre et peu coloré.

— Souffle-lui dessus ! me dit la sage-femme. Pendant que l'auxiliaire de puériculture le frotte avec vigueur afin de le stimuler mais il réagit très peu malgré tous mes efforts et ceux de l'auxiliaire.

La sage-femme me le reprend afin de l'aspirer un peu et l'aider à respirer. L'accouchement a été une dure épreuve pour lui. Il a besoin d'un petit coup de pouce.

Elle me le remet ensuite sur le ventre et là mon cœur s'empplit brutalement d'amour. C'est incroyable ce sentiment qui arrive et vous envahit complètement. Un sentiment méconnu

et angoissant. Je l'ignore encore mais ce sentiment est la première manifestation de l'amour inconditionnel d'une maman pour son fils. Cet amour durera jusqu'à mon dernier souffle et m'apportera bonheur, angoisse, joie, désillusion...

Mon mari a les larmes aux yeux, nous sommes là tous les trois silencieux, nous nous observons. C'est un instant hors du temps et l'un des plus beaux qu'il m'a été donné de vivre.

C'est un beau mardi de juin 2018, il est un peu plus de midi et je viens de devenir MAMAN d'un petit garçon.

Notre petit coloc' est là, c'est le début d'une grande aventure...

Qui suis-je ?

Je suis maman Névro.

J'ai 40 ans aujourd'hui mais 39 ans quand je me lance dans la réalisation de cet ouvrage.

Je suis mariée depuis 6 ans avec papa Tiger qui a lui-même 2 enfants d'une première union et ensemble nous avons un petit garçon de 4 ans, le petit coloc'.

Je travaille depuis environ 15 ans comme infirmière et depuis 8 ans je suis infirmière anesthésiste dans un hôpital de banlieue parisienne.

Nous vivons dans une jolie maison à la campagne proche de la ville. J'ai encore mes parents et je suis fille unique.

Côté personnalité, je suis une grande angoissée, voire même névrosée. La moindre difficulté est une barrière insurmontable. J'ai très jeune développé des troubles du comportement alimentaire de type anorexie sur fond de dépression plus ou moins chronique.

Aussi loin que je me souviens, j'ai toujours été une personne très angoissée. Même enfant, j'étais toujours très tourmentée.

En effet, je fus victime d'énurésie jusqu'à l'âge de 6 ans. Mon rituel du soir a longtemps été de mettre une couche et au lit. Ma maman m'a emmenée voir bon nombre de spécialistes afin de comprendre et m'aider à vaincre ce problème de « pipi au lit ». J'ai pris de l'homéopathie, fait des séances

d'acupuncture et même avalé des substances étranges réputées comme très efficaces sur l'énurésie nocturne. Rien ne marche. Tout un bilan de mes fonctions urinaires est réalisé et il en ressort que je n'ai aucun problème fonctionnel.

Un jour ma mère décide d'arrêter médicaments et substances en tout genre. Elle décide de me réveiller deux fois par nuit afin que je fasse pipi. Puis, ce fut une seule fois par nuit et puis plus du tout. La réalité c'est qu'après plusieurs accidents et des draps mouillés en pleine nuit, je n'avais plus confiance en moi. Les réveils programmés m'ont permis de reprendre foi en moi et en mon sphincter urinaire. L'énurésie nocturne n'est pas une fatalité. Et surtout cela finit toujours par passer. Il faut juste que l'enfant prenne confiance en lui. Certains enfants seront propres la nuit très tôt et d'autres auront besoin de temps.

Vers l'âge de 10 ans, j'ai de grosses difficultés pour dormir. Je m'endormais à des heures indues. Et je réclamaï souvent la présence de ma maman. J'avais sans cesse peur que quelqu'un s'introduise dans la maison et tue mes parents.

Mais en parallèle avec ces difficultés pour dormir, je suis victime d'insultes et de harcèlement psychologique par un oncle par alliance. Il me dit en permanence que je suis grosse, ronde... Je suis également victime de comparaisons permanentes avec ma cousine, sa fille. Nous sommes allées dans les mêmes écoles toute notre scolarité. Impossible de faire part à mes parents d'un résultat scolaire sans qu'ils me demandent quelle était la note de ma cousine. Je ne travaillais pas pour moi mais pour avoir de meilleurs résultats que ma cousine. Et le pire c'est qu'elle était très souvent supérieure à moi. Pas évident de se construire dans ce contexte familial compliqué. J'ai énormément de difficultés à avoir confiance en moi. Les troubles du comportement alimentaire sont arrivés à cette période, fin du collège, début du lycée. Et bien évidemment ma cousine était très mince, réussissait tout ce qu'elle entreprenait.

Je travaille à l'heure actuelle avec une psychologue sur ce lourd passé qui détient sûrement la clé de toutes mes souffrances actuelles.