

Les craintes et espoirs de femmes en PMA « solo »

À l'hôpital Tenon, à Paris, un groupe de parole réunit chaque mois des femmes seules qui désirent un enfant

TÉMOIGNAGES

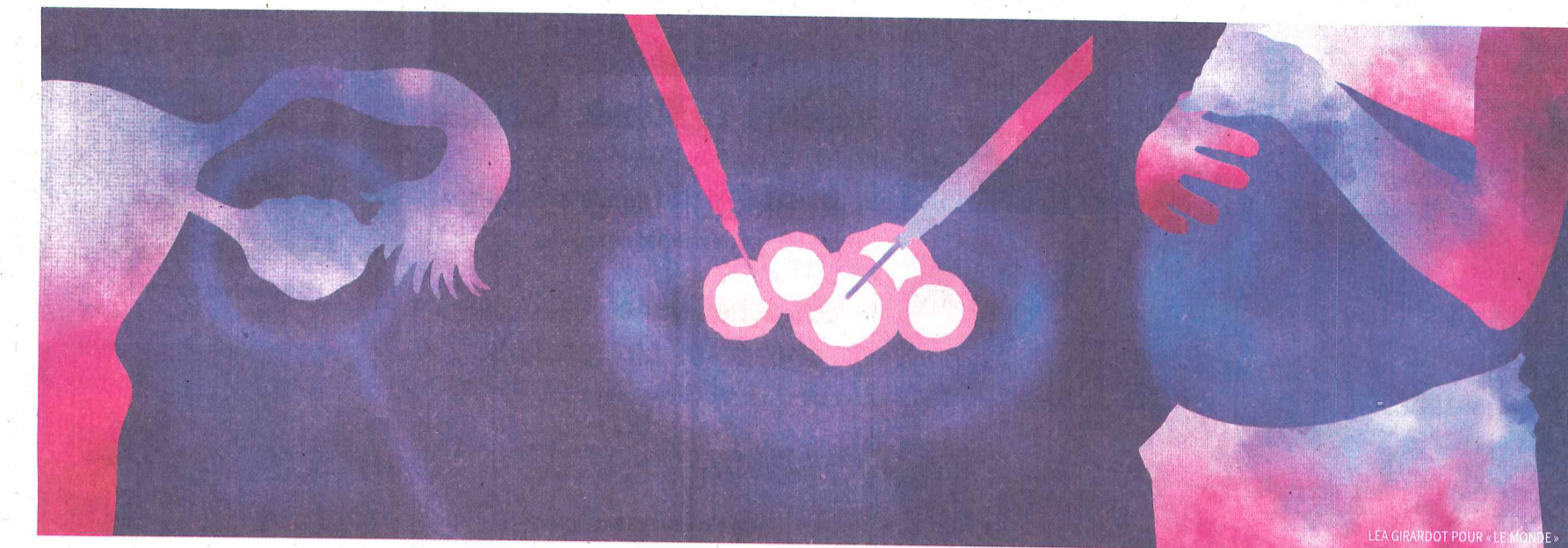
Même si je suis très engagée dans mon choix, je dois reconnaître que c'est quand même un renoncement...» La voix de Justine (son prénom a été modifié à sa demande), 41 ans, tremble un peu. Ses yeux s'embuent, elle s'arrête un instant avant de poursuivre. «Parce que cette décision de faire une PMA [procréation médicalement assistée] toute seule, ça veut dire aussi renoncer à faire un enfant à deux, et c'est douloureux. Je ressens comme une colère vis-à-vis de moi... Et vous, comment vous vivez avec ça?», demande-t-elle, en se tournant vers les femmes assises autour d'elle.

Ce mardi soir, une poignée de patientes sont réunies dans une salle d'attente située au sous-sol de l'hôpital Tenon, dans le 20^e arrondissement de Paris, attenante au Centre d'étude et de conservation des œufs et du sperme humains (Cecos). Les bureaux alentour sont vides, elles ont rapproché les chaises en similitudine rose foncé pour créer un cercle. Pendant deux heures, ce groupe de parole réservé aux femmes en parcours de PMA « solo », animé une fois par mois par une psychologue ou une sage-femme, leur permet de confronter leurs craintes, leurs expériences et leurs espoirs.

Entre la promulgation de la dernière loi de bioéthique, le 2 août 2021, et le 30 juin 2023, l'Agence de la biomédecine a recensé 29 970 demandes de première consultation en vue d'une PMA avec don de spermatozoïdes, de la part de couples de femmes et de femmes seules. Les premiers mois, les célibataires étaient majoritaires, à la surprise générale.

À l'hôpital Tenon, les femmes seules représentent même les deux tiers des nouveaux profils. Elles sont sept, ce soir-là. Toutes sont inscrites pour recevoir un don de sperme au Cecos de cet établissement de l'Assistance Publique-Hôpitaux de Paris de l'Est parisien. Certaines sont au tout début du parcours, d'autres sont plus avancées. Aucune n'est encore enceinte. Justine est la plus âgée.

En face d'elle, Marie, à 34 ans, fait partie des plus jeunes. Elle sourit avant de lui répondre. «Je me suis rendu compte que je n'ai pas besoin d'être en couple pour



LEA GIRARDOT POUR LE MONDE

être heureuse. Ça ne veut pas dire que j'exclus de rencontrer quelqu'un, mais j'ai vraiment dissocié les deux, le couple, l'amour, et mon désir de maternité», explique-t-elle tranquillement. «La première fois que j'ai réussi à poser ça, je me suis sentie tellement alignée, ça a été une évidence, décrit la jeune femme, rayonnante. Au point que je me suis dit que, quoi qu'il arrive, je ne dérogerai pas de mon projet de PMA solo.»

Parler « sans se sentir jugée »

«Plan B» imaginé par défaut face au temps qui passe ou, au contraire, choix revendiqué? Quand elles ont vu débarquer «la vague» de femmes seules en demande d'un don de sperme, après l'été 2021, Emilie Moreau et Alix Béranger, les psychologues cliniciennes du Cecos de Tenon, ont aussi perçu que certains de leurs questionnements étaient spécifiques, différents de ceux des patientes en couple. «Que ce soit désormais légalisé en France veut dire qu'elles n'ont plus à se cacher, mais beaucoup ont quand même peur de la manière dont les autres vont recevoir leur démarche», observe Emilie Moreau.

L'idée d'un groupe de parole qui leur serait dédié, «espace intermédiaire» en parallèle du parcours médical, a alors émergé. Il a été lancé de façon expérimentale en juin 2022. «Chacune a des insécurités différentes, et elles arrivent à se rassurer en les partageant», se réjouit la psychologue, avec un an et demi de recul.

Pouvoir parler « sans se sentir jugée ». L'expression est revenue à

« Le fait d'assumer de faire un bébé toute seule, c'est une épreuve sociale », explique Camille, 40 ans

plusieurs reprises lors des deux réunions, en octobre et en décembre, auxquelles *Le Monde* a pu assister. Camélia (le prénom a été changé) a 40 ans. Elle est très assidue, elle est déjà venue quatre fois. Pour raconter son parcours mais aussi, beaucoup, pour écouter les autres. Récemment, une personne de son entourage a questionné «l'égoïsme» de sa décision, rapporte-t-elle. «Aux couples, on ne pose pas cette question. Pourtant, c'est toujours un choix égoïste de faire un enfant, non?», s'agace une participante. La critique la blesse. Elle appuie visiblement là où ça fait mal, peut-être parce qu'elle vient interroger la légitimité à concevoir un enfant toute seule, sans père ou second parent. En dehors de la norme.

Anna (le prénom a été changé), d'origine russe, n'a pas ce genre d'atermoiements. D'une traite, elle témoigne: «Moi j'ai grandi sans père, il nous a abandonnés à la naissance de ma sœur. Je ne sais pas ce que c'est qu'un vrai père. Certains hommes font des enfants et s'en foutent complètement. Alors, non, je ne pensais pas que le jour où je ferais un enfant il

n'aurait pas de père, mais c'est comme ça.» Un silence plus tard, Camille, 40 ans, exprime pour sa part que «le fait d'assumer de faire un bébé toute seule, c'est une épreuve sociale». Même si, après y avoir longuement réfléchi, elle a acté que «ce serait un autre schéma familial, ce ne serait pas un papa et une maman, et [que] ça irait aussi. Ça a débouqué beaucoup de choses pour moi de me dire que ce ne serait pas en couple, mais que ça ne voudrait pas dire qu'il n'y aurait pas une famille quand même».

Dans cet entre-soi où elles se sentent en confiance, les femmes en profitent pour se conseiller des lectures, des podcasts. Plusieurs d'entre elles sont abonnées à la page Facebook de l'association Mam'enSolo, qui réunit des «mamans solo par choix».

Au fil de ces quelques heures ensemble, des confidences se font. Elles laissent entrevoir les blessures de chacune. Charlotte, 36 ans, évoque son aventure avec un homme marié, suivie, plus tard, d'une grossesse interrompue, «ça n'a pas marché». Depuis, quand elle parle à ses amis de son désir d'enfant, «ils [lui] disent: "Trouve-toi un mec." Mais ce n'est pas si simple!», souffle la jolie brune.

La discussion se concentre parfois sur les aspects médicaux du parcours. Quels sont les effets de la stimulation ovarienne? Quel délai avant d'accéder à un don? En cas d'échec d'une première insémination, combien de temps faut-il attendre avant de retenter? Des interrogations portent aussi

sur d'autres registres de l'intime. L'une évoque les bouleversements liés à la maternité, l'autre tente d'anticiper les contraintes inhérentes à la «soloparenté» qu'elles ont choisie.

Florence (le prénom a été changé), infirmière qui «travaille en douze heures» et les week-ends, est par exemple consciente qu'elle devra revoir son organisation en cas de succès de sa PMA. Cela occasionnera une baisse de revenus. Mais ce qui l'inquiète davantage, c'est de ne pas être «extrêmement entourée»: «Je n'ai plus mon papa et ma mère à un cancer métastaté, elle ne pourra pas beaucoup m'aider.» Assise à ses côtés, Camille, dont la famille se trouve à Nice, en convient. «Ça fait partie des craintes, que tout repose sur moi.»

Place du donneur

La sage-femme qui anime le groupe ce soir de décembre, Céline Forel, suggère à chacune d'identifier dans son entourage des «personnes ressources», qui pourraient devenir une aide après la naissance, et d'«avoir des conversations avec elles en amont».

Il y a de l'émotion, mais aussi des moments cocasses. Par exemple, Florence partage soudain, en s'excusant d'avance, une «autre peur», récente. «On m'a demandé lors du rendez-vous si je voulais un enfant qui me ressemble. Et d'un coup, je me suis dit, mais imagine mon enfant est moche! C'est un peu bête ce que je vous dis mais je ne m'étais jamais posé cette question de la ressem-

blance, et ça m'a beaucoup déstabilisée.» Sous des dehors anodins, l'intervention conduit chacune à évoquer la place du donneur dans sa future architecture familiale. Pour la volubile Anna, c'est «important» de savoir qu'est pratiqué l'appariement, qui consiste à recourir aux spermatozoïdes d'un donneur ayant des caractéristiques physiques proches de la mère. Grâce à cela, elle «espère beaucoup» que son futur enfant lui ressemblera.

La question vertigineuse de l'accès aux origines s'invite naturellement lors des deux sessions. Quel récit faire à cet enfant, s'il vient au monde, quand il sera en âge de réclamer des explications? Quelle place accorder au géniteur dans l'histoire familiale? Anna avait compris que son enfant pourrait, à ses 18 ans, connaître l'identité de son donneur.

Déçue, elle a appris récemment que les paillettes de sperme qui lui ont été attribuées, qu'elle pourra utiliser à partir de mai 2024, ont été puisées dans l'ancien stock de dons, issus de donneurs anonymes. C'est seulement à partir du 1^{er} avril 2025 que les PMA seront réalisés uniquement avec les gamètes du «nouveau stock». Pour elle, cela change la donne, elle doit y réfléchir. «Il faut que je lise encore des choses là-dessus», dit-elle, en citant une bibliographie longue comme le bras d'ouvrages déjà dévorés. Si elle le souhaite, elle pourra revenir pour en discuter. Le groupe de parole est reconduit pour 2024. ■

SOLÈNE CORDIER

« Il n'y a pas de méthode pour gérer l'attente »

La psychologue Rachel Trèves suit des femmes engagées dans des parcours de PMA. Elle souligne l'épreuve psychique que cela représente

ENTRETIEN

Quand on est une femme seule, avoir un enfant est désormais possible depuis la loi de bioéthique de 2021. Cela passe par la procréation médicalement assistée (PMA) avec don de spermatozoïdes. Une avancée majeure, qui n'empêche pas les femmes concernées de se poser beaucoup de questions, d'avoir des doutes, des peurs. Dans son cabinet de l'hôpital parisien de Cochin, Rachel Trèves, psychologue, suit ces femmes pour qui avoir un enfant est plus fort que tout. Elle est aussi autrice du podcast «Parcours», réalisé en partenariat avec le média Slate.

Qui sont les femmes qui viennent pour avoir un enfant seule?

Elles ont rarement moins de 38, 39, 40 ans. Quasiment aucune ne brandit l'étendard de la maternité solo. Elles ont presque toutes eu

des ruptures difficiles, ont mis longtemps à refaire confiance et n'ont parfois jamais retrouvé de partenaire. Ou alors, elles sont tombées amoureuses d'hommes qui les ont longtemps fait espérer. Au départ, nombreuses sont celles qui avaient le désir de fonder une famille à deux mais, à l'approche de la quarantaine, elles se disent que c'est le moment ou jamais. L'horloge biologique tourne, le temps est compté.

Comment faire le deuil d'un enfant à deux?

Il se fait au fil des démarches. Et même une fois que l'enfant est là, ces femmes sont tiraillées par le fait de s'être autorisées à avoir ce bébé. Elles se demandent souvent si ce n'est pas égoïste de leur part. Mais elles m'expliquent qu'elles n'ont jamais imaginé leur vie sans enfant. Ce n'est pas un caprice. Avant l'ouverture de la PMA, il y avait un renoncement à la maternité car elle n'était pas accessible à

leur profil. Aujourd'hui, elle l'est. Ces femmes ont donc le choix, et le choix de regretter si elles ne le font pas.

Les femmes seules ou les femmes en couple doivent faire appel à un don de spermatozoïdes. Un inconnu va donc entrer dans ce projet. Y a-t-il des craintes qui émergent?

Pour certaines femmes, ce ne sont que des gamètes. Pour d'autres, il est plus compliqué de ne pas pouvoir se représenter ce donneur. Elles aimeraient en savoir plus. Sa taille, son poids, avoir des photos... comme c'est possible à l'étranger, au Danemark par exemple. En France, les gamètes des donneurs sont choisis par le corps médical en fonction de ressemblances physiques basiques, comme la couleur des cheveux, des yeux, de la peau. Il faut donc lui faire confiance. Seul l'enfant, à sa majorité, pourra en savoir plus sur le donneur, grâce à l'accès aux

origines, permis par la loi de bioéthique de 2021.

Pour une PMA avec don de spermatozoïdes, le délai est de 14,4 mois. Comment gérer ce rapport au temps qui passe et à l'attente?

On sait quand commence un parcours PMA mais on ne sait jamais quand il finit. Et c'est le plus dur. Lorsqu'il n'y a pas d'échéance, ce temps distendu à l'infini est psychologiquement insupportable. Je crois que si on disait à ces femmes: «O.K., ça va être long, mais dans trois ans, vous aurez un bébé», ce serait beaucoup plus facile.

Pour gérer l'attente, il n'y a pas de méthode. Il faut se protéger, trouver des activités alternatives qui nous conviennent. Et je pense qu'il ne faut pas tomber dans cette injonction à vouloir tout faire parfaitement. J'ai envie de dire aux femmes: «Fichez-vous la paix!» J'en vois certaines qui fi-

nissent par se perdre en voulant mettre toutes les chances de leur côté. Elles font de la sophrologie, elles vont voir un psy, elles ne mangent plus de gluten ni de sucre, elles ne boivent plus de café, elles ne se parfument plus, ne mettent plus de vernis... Je suis prise d'une grande empathie pour elles, face à tant de sacrifices. Qu'elles n'oublient pas: elles ne sont pas responsables des échecs.

Conseillez-vous de parler de ce parcours à son entourage?

Certaines patientes le gardent pour elles, car elles ne souhaitent pas gérer l'angoisse des proches et leurs déceptions. D'autres en parlent pour éviter les questions déplacées. Mais ce n'est pas parce qu'on ne l'a jamais dit qu'on ne peut pas le faire du jour au lendemain. Ou, à l'inverse, dire qu'on ne souhaite plus communiquer sur ce sujet s'il devient trop pesant. Même chose au travail. On peut se rendre compte qu'une fois qu'on

l'a dit à son manager ou à ses collègues, il y a tout d'un coup quelque chose qui se libère. Lorsque les gens sont au courant, ils peuvent être davantage présents. Mais il faut faire ce qui nous convient!

Comment réussir à tourner la page quand le «projet bébé» n'aboutit pas?

On ne part pas gagnante dans un parcours PMA. Cela va donc être un vrai travail de renoncement si cela ne fonctionne pas. On en sort abîmée physiquement et psychologiquement. On va devoir prendre un autre chemin de vie, pas celui qu'on avait imaginé, mais il faut réussir à se dire qu'il ne sera pas si terrible. On peut être triste de ne pas avoir d'enfant, mais il faut continuer à vivre, et pas juste survivre. Je ne dis pas que c'est facile, cela prend du temps, mais la vie peut aussi être hyperbelle sans passer par la parentalité. ■

PROPOS RECUEILLIS PAR JOSÉFA LOPEZ