

Mémoire collectif de fin d'études

Besoins et motivations en parcours de soins périnataux : quand les femmes décident de recourir à une doula.



Réalisation :

BRISHOUAL Jeanne - GENET Maude - LECULLIE Anaïs - LE RAHER Enora

Directrice de mémoire :

Madame DOUGUET Florence - Maître de conférences en sociologie
Département Politiques et de Santé Publique - Laboratoire d'études et de
recherches sociologiques

Jury de la soutenance :

Mme DOUGUET Florence - Mme LE BRIS-FONTIER Virginie

Année 2023-2024

UBS, DÉPARTEMENT POLITIQUES SOCIALES
ET DE SANTÉ PUBLIQUE, LORIENT

MASTER 2 INTERVENTION ET DÉVELOPPEMENT SOCIAL,
PARCOURS ADMINISTRATION DES INTERVENTIONS
SOCIALES ET DE SANTÉ

Mémoire collectif de fin d'études

**Besoins et motivations en parcours de soins
périnataux : quand les femmes décident de
recourir à une doula.**

Réalisation :

BRISHOUAL Jeanne - GENET Maude - LECULLIE Anaïs - LE RAHER Enora

Directrice de mémoire :

Madame DOUGUET Florence - Maître de conférences en sociologie
Département Politiques et de Santé Publique - Laboratoire d'études et de
recherches sociologiques

Jury de la soutenance :

Mme DOUGUET Florence - Mme LE BRIS-FONTIER Virginie



Année 2023-2024

Remerciements

La réalisation de ce mémoire a été possible grâce au concours de nombreuses personnes à qui nous voudrions témoigner notre gratitude.

Tout d'abord, nous tenons à remercier Madame DOUGUET Florence, notre directrice de mémoire, maître de conférences en sociologie, pour son accompagnement, sa patience, sa disponibilité et surtout ses judicieux conseils, qui ont contribué à alimenter notre réflexion. Nous la remercions également pour nous avoir permis de travailler sur ce sujet.

De plus, nous souhaitons souligner que sans le relais de notre question de recherche sur les réseaux sociaux et sans la participation de toutes nos enquêtées, notre mémoire n'aurait jamais pu aboutir. C'est avec une très grande fierté que nous avons composé notre mémoire à partir de récits aussi complets que personnels. Nous n'aurons jamais suffisamment de mots pour exprimer la reconnaissance que nous éprouvons dans la confiance qui nous a été accordée.

Ensuite, nous remercions tous les professionnels qui ont pris du temps pour répondre à nos questions, nous avons pu acquérir des connaissances que nous n'avions pas auparavant.

Enfin, nous voulons exprimer notre gratitude à toutes les personnes qui ont contribué à la relecture et à la correction de ce mémoire.

TABLE DES MATIERES

Remerciements	2
Glossaire	6
PARTIE 1 : ARTICLE SCIENTIFIQUE	7
Résumé	8
I. Introduction	9
A. La définition de la périnatalité.....	9
B. L'origine du terme « doula ».....	9
C. La profession de doula.....	10
D. L'émergence de la profession de doula en France.....	10
E. La question de recherche et les hypothèses.....	10
II. Matériel et méthodes	11
A. Le cadre de notre recherche.....	11
B. La méthodologie.....	11
C. Un préalable à l'étude : une phase exploratoire.....	12
1. <i>Des lectures et des éléments exploratoires</i>	12
2. <i>Des entretiens exploratoires avec des acteurs clés</i>	12
D. Le cœur de l'étude : une phase de recherche.....	13
III. Résultats	13
A. Les résultats des entretiens à usage exploratoire.....	13
B. Les résultats des entretiens à usage principal.....	16
1. <i>Les profils sociodémographiques des enquêtées</i>	16
2. <i>Les expériences passées des parturientes</i>	17
3. <i>Les raisons d'un recours à une doula</i>	18
4. <i>L'expérience des femmes avec leur doula</i>	20
5. <i>Les impacts de la présence d'une doula dans le parcours périnatal</i>	21
6. <i>Les expériences avec une doula comparativement aux autres formes de soutien périnatal</i>	22
IV. Discussion	24
A. L'importance de la doula dans le soutien périnatal.....	24
B. L'apport de notre étude dans les pratiques des professionnels en périnatalité.....	25
C. Comparaisons des résultats avec la littérature scientifique.....	26
D. Limitation de notre étude et éventuelles perspectives de recherches futures.....	26
PARTIE 2 :	27
BIBLIOGRAPHIE COMMENTÉE	27
Thème 1 : Evolution des structures familiales : un affaiblissement du soutien de la famille.....	28
Thème 2 : Evolution sociale dans le champ de la périnatalité.....	29

A. Historique de l'accompagnement des femmes enceintes	29
B. Les évolutions du métier de sage-femme : un tremplin pour l'émergence des doulas en France	30
C. Les politiques publiques familiales comme élément d'influence dans les parcours de soin en périnatalité	32
Thème 3 : L'émergence d'une profession de doula.....	33
A. La nécessité d'un accompagnement continu pour les femmes enceintes	33
B. Comprendre le métier de doula	34
Thème 4 : Des éléments de réponses sur les raisons des recours à des pratiques alternatives.....	36
Thème 5 : Base méthodologique de conception du mémoire.....	37
PARTIE 3 :	39
MATERIAU DOCUMENTAIRE	39
Sous-partie 1 : Guides d'entretiens et retranscriptions des entretiens à usage exploratoire	40
I. Guides d'entretiens à usage exploratoire	40
A. <i>Guide d'entretien « sage-femme »</i>	40
B. <i>Guide d'entretien « doula »</i>	41
C. <i>Guide d'entretien « médecin généraliste ayant une formation en gynécologie »</i>	42
D. <i>Guide d'entretien « femme ayant eu recours à une doula »</i>	43
II. Retranscriptions des entretiens à usage exploratoire	44
A. <i>Retranscription de l'entretien avec la sage-femme (1)</i>	44
B. <i>Retranscription de l'entretien avec la doula (2)</i>	49
C. <i>Retranscription de l'entretien avec le médecin généraliste ayant une formation en gynécologie (3)</i>	57
D. <i>Retranscription de l'entretien avec la femme ayant eu recours à une doula (4)</i>	59
Sous-partie 2 : Guide d'entretien et retranscriptions des entretiens à usage principal	67
I. Guide d'entretien à usage principal à destination des femmes ayant ou ayant eu recours à une doula au cours de son parcours périnatal.....	67
II. Retranscriptions des entretiens à usage principal.....	68
A. <i>Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée A</i>	68
B. <i>Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée B</i>	82
C. <i>Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée C</i>	95
D. <i>Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée D</i>	105
E. <i>Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée E</i>	112
F. <i>Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée F</i>	121
G. <i>Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée G</i>	127
H. <i>Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée H</i>	136
I. <i>Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée I</i>	147
J. <i>Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée J</i>	154

<i>K.</i>	<i>Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée K</i>	160
<i>L.</i>	<i>Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée L</i>	165
<i>M.</i>	<i>Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée M</i>	171
<i>N.</i>	<i>Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée N</i>	180
<i>O.</i>	<i>Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée O</i>	189
<i>P.</i>	<i>Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée P</i>	196
Annexes	207
	Annexe 1 : Post partagé sur les réseaux sociaux	208
	Annexe 2 : Affiche partagée aux doulas	209
	Annexe 3 : Tableau synoptique	210
	Annexe 4 : Grille d'analyse transversale.....	214

Glossaire

AAD : Accouchement Accompagné à Domicile

ADF : Association des Doulas de France

ALNA : Accompagnante à La NAissance

CAF : Caisse d'Allocation Familiale

CESU : Chèque Emploi Service Universel

CHU : Centre Hospitalier d'Urgence

CPF : Compte Personnel de Formation

CSS : Centre de Santé Sexuelle

FOAD : Formation Ouverte A Distance

INSEE : Institut National de la Statistique et des Études Économiques

IBCLC : International Board Certified Lactation Consultant

IVG : Interruption Volontaire de Grossesse

OMS : Organisation Mondiale de la Santé

PACES : Première Année Commune aux Études de Santé

PMA : Procréation Médicalement Assistée

RGO : Reflux Gastro-Œsophagien

VME : Version par Manoeuvre Externe

PARTIE 1 :
ARTICLE SCIENTIFIQUE

Résumé

Dans une société où les attentes en matière de soins périnataux évoluent, le rôle des doulas devient crucial. Ainsi, notre étude cherche à comprendre pourquoi certaines femmes choisissent d'être accompagnées par des doulas pendant leur parcours périnatal. Les hypothèses suggèrent diverses motivations, comme de mauvaises expériences antérieures en maternité ou le désir d'un accompagnement non-médical.

Pour ce faire, nous avons réalisé une phase exploratoire comprenant 4 entretiens semi-directifs, avec une sage-femme, un médecin, une doula et une femme ayant fait appel à une doula. Ils nous ont permis d'obtenir les différents points de vue concernant la pratique des doulas. Nous avons ensuite réalisé une phase d'investigation auprès de 16 femmes, venant de toute la France. Ces derniers nous ont permis de recueillir les témoignages de ces femmes afin de comprendre leur expérience et leurs motivations.

Ainsi, les résultats montrent que les femmes cherchent un soutien émotionnel et personnalisé que les professionnels médicaux ne peuvent pas toujours offrir. Les doulas fournissent un accompagnement émotionnel, pratique et informatif, répondant aux besoins spécifiques des femmes pendant la grossesse et après l'accouchement.

Notre étude souligne donc l'importance d'un accompagnement holistique pendant la période périnatale. Elle met en évidence le rôle unique des doulas dans la fourniture d'un soutien non médicalisé, crucial pour répondre aux besoins émotionnels et personnels des femmes et complémentaire aux soins médicaux traditionnels. Elle souligne la nécessité d'une meilleure reconnaissance et intégration des doulas dans le système de soins périnataux, suggérant que leur rôle pourrait améliorer significativement l'expérience maternelle.

Mots clés : périnatalité ; femmes ; doula ; accompagnement non-médical ; soutien ; choix.

I. Introduction

A. La définition de la périnatalité

Du fait de son étymologie, du grec péri, « autour de » et de natal « naissance », le périnatal englobe tout ce qui a trait à l'arrivée d'un bébé. La périnatalité dans le champ de l'obstétrique commence de la grossesse, englobe la naissance, mais aussi les premières phases de création des relations parents-enfants. L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) a établi une définition de la périnatalité comme étant « une période située entre la vingt-huitième semaine de grossesse et le septième jour de vie après la naissance »¹. En 2023, selon l'INSEE, 678 000 bébés sont nés en France², ce qui suppose qu'autant de femmes sont passées par cette période périnatale, sans compter les bébés n'étant pas allés jusqu'à la phase de naissance.

B. L'origine du terme « doula »

L'origine du mot doula provient de la Grèce ancienne. Il signifie « esclave », ou encore, il peut être traduit comme « celle qui sert la mère ». À l'époque de Socrate et de Périclès, ce terme désignait les domestiques qui s'occupaient des tâches ménagères, notamment de la beauté, de la santé, des soins de la maîtresse et bien sûr, de la grossesse et de l'accouchement.

Au Moyen-Âge, les hommes restaient entre eux et les femmes étaient chargées de soutenir et épauler la femme prête à accoucher. Lorsque le travail commençait, la doula préparait la chambre, accompagnait la femme pendant son accouchement, la réconfortait, l'encourageait, préparait les repas, etc. Les femmes étaient un soutien pendant l'accouchement. Elles pouvaient pratiquer des massages, prier et chanter pour soulager et apaiser les parturientes. La sage-femme était partie prenante à cet événement. Son rôle était de mener à bien l'accouchement.

En France, jusqu'aux années 1950, existait dans les campagnes, la « femme-qui-aide » ou encore la « laveuse ». Cette femme, elle-même mère, était appelée pour aider les femmes à accoucher, à côté de la matrone (anciennement la sage-femme). Le rôle de la laveuse était de préparer la chambre du bébé et de tenir compagnie à la femme pendant son travail. Elle était la première personne à effectuer le bain du nouveau-né et elle aidait et conseillait la nouvelle maman dans son allaitement.

La première fois que le terme « doula » est apparu, c'était en 1973 aux États-Unis. Ce terme a été utilisé par Dana Raphaël dans son livre *The Tender Gift*. Il fait référence aux mères « expérimentées » aux Philippines, qui aident d'autres mères avec leurs bébés, après la naissance³.

¹ https://www.bretagne.ars.sante.fr/sites/default/files/2017-01/18.%20PTS_6_partie_2.pdf

² Naissances – Fécondité - France - TABLEAU DE BORD DE L'ÉCONOMIE FRANÇAISE [Internet]. [cité 31 janv 2024]. Disponible sur: https://www.insee.fr/fr/outil-interactif/5367857/tableau/20_DEM/22_NAI

³ Association Doulas de France [Internet]. [cité 31 janv 2024]. Historique. Disponible sur: <https://doulas.info/une-doula-cest-quoi/historique/>

C. La profession de doula

Aujourd'hui, les doulas veillent à assurer la continuité et la disponibilité du soutien aux femmes tout au long de leur parcours périnatal, aussi bien en phase de préconception, que pendant la grossesse, à l'accouchement et dans la période post-partum. L'objectif est d'apporter à la femme, aux couples, des informations, du soutien physique et moral et un épanouissement en fonction de leurs choix et désirs. Les doulas apportent également un soutien physique à la mère en pratiquant des massages, exercices de relaxation, de respiration, etc. Elles rencontrent à plusieurs reprises la mère, mais également le père ou les enfants s'ils le souhaitent, à leurs domiciles afin de les accompagner dans le parcours périnatal de la femme. La doula se rend disponible, jour et nuit, durant le parcours périnatal de la femme enceinte.

D. L'émergence de la profession de doula en France

Le terme de doula est entré dans les mœurs à partir de 2004 grâce à la création de ces associations, d'articles de presse et de forums de discussions sur Internet. Mais c'est en 2011, qu'une définition de la notion de doula entre dans le dictionnaire Hachette : « Femme qui accompagne une femme enceinte pendant sa grossesse et son accouchement »⁴.

Aujourd'hui, en France, il existe une pluralité de formations pour atteindre le métier de doula, des formations aussi nombreuses que variées. À titre d'exemple, la formation à l'Institut des Doulas de France a pour objectif de former les accompagnantes dans certains domaines tels que l'accompagnement non médical à la naissance, la parentalité, la féminité, etc. Les programmes proposés au sein de ces formations sont assurés par des sage-femmes, des doulas, des docteurs, des naturopathes, des ostéopathes, etc. Cela permet d'étendre les connaissances des futurs doulas grâce aux savoirs et à l'expertise de ces professionnels.

Cependant, malgré ses nombreuses formations et l'émergence du métier de doula, la pratique n'a aucun statut légal. En effet, le code de déontologie et la charte de l'Association des « Doulas de France »⁵ de l'association ALNA n'apportent aucune garantie. Les doulas ne peuvent se rendre à domicile sans la présence d'un professionnel lorsque le travail a commencé, ni évaluer le moment où la femme peut se rendre à la maternité, car c'est le rôle d'une sage-femme.

E. La question de recherche et les hypothèses

La question de recherche de notre mémoire est la suivante : « **Pour quelles raisons certaines femmes font-elles appel à des doulas au fil de leur parcours périnatal ?** »

⁴Association Doulas de France [Internet]. [cité 31 janv 2024]. Une doula c'est quoi ? Disponible sur: <https://doulas.info/une-doula-cest-quoi/>

⁵ Association Doulas de France [Internet]. [cité 31 janv 2024]. Accueil. Disponible sur: <https://doulas.info/>

Il s'agira de comprendre les motivations qui poussent les femmes à rencontrer une doula, au cours de leur projet de grossesse, de leur grossesse et ou en période postnatale. L'objectif étant de comprendre les raisons de ce choix d'accompagnement spécifique et méconnu en France.

Compte tenu de ce contexte préalablement décrit et de nos recherches documentaires présentés dans la partie 2, les hypothèses testées dans notre étude seront les suivantes :

- Les femmes ont recours à une doula, suite à une ou plusieurs grossesses qui se sont mal déroulées ;
- Les femmes ont recours à une doula après de nombreuses recherches sur les choix qui s'offrent à elles dans leur parcours de soins ;
- Ces femmes ne trouvent pas suffisamment d'accompagnement émotionnel et psychologique auprès de leurs proches ou des professionnels du champ de la périnatalité ;
- Les femmes veulent un accompagnement autre que strictement médical.

II. Matériel et méthodes

A. Le cadre de notre recherche

Notre mémoire porte sur la thématique générale des parcours de soins en périnatalité et plus précisément sur les raisons qui mènent certaines femmes à recourir à une doula, au cours de leur parcours périnatal (avant grossesse, grossesse ou période post-partum). Nos recherches ont été effectuées sur une période d'environ 5 mois, entre septembre 2023 et janvier 2024.

B. La méthodologie

Nos recherches ont été construites sur des études qualitatives basées sur des entretiens semi-directifs. Ils ont été réalisés à partir de grilles d'entretiens spécifiques construites pour chaque type d'enquêté. Nous avons prévu des thèmes à l'avance sur lesquels nous voulions obtenir une réaction de l'enquêtée. L'objectif étant de faciliter l'expression de l'enquêtée, nous l'avons orienté vers des sujets prioritaires pour nos recherches, tout en lui laissant une certaine autonomie. Cette méthode s'inscrit dans une démarche compréhensive, ce qui semble être pour nous le plus pertinent, au vu du thème de recherche.

C. Un préalable à l'étude : une phase exploratoire

Une première phase exploratoire a été entamée pour déterminer et définir les contours de notre recherche. Cette étape visait la formulation de notre question de recherche et de l'élaboration des grilles d'entretien. Cette phase exploratoire s'est avérée être indispensable pour se familiariser avec les doulas.

1. Des lectures et des éléments exploratoires

Afin de mieux comprendre le contexte dans lequel s'inscrit notre étude nous nous sommes penchées sur différentes lectures transmises par Mme DOUGUET, directrice de mémoire. Principalement composées d'ouvrages, d'articles scientifiques et de mémoires sur des données de cadrage concernant la parentalité en sociologie et en politiques publiques, le rapport entre les doulas et les usagers, également entre les doulas et les sage-femmes ainsi qu'entre les doulas et les médecins. Ces lectures conseillées ont été complétées par d'autres articles scientifiques, par des recherches sur des sites Internet consacrés aux doulas, sur les sites personnels de doulas, sur les réseaux sociaux, ainsi que des podcasts.

Ces éléments nous ont permis de contextualiser l'exercice des doulas en France et de définir leur profession ainsi que leur exercice. Ils nous ont également permis de comprendre son historicité et son évolution. Nous avons pu cerner les rapports entre les professionnels de santé et les doulas qui sont parsemés de méfiance et de méconnaissance.

2. Des entretiens exploratoires avec des acteurs clés

Pour compléter ces éléments recueillis, nous avons fait le choix de réaliser des entretiens semi-directifs auprès d'acteurs clés directement ou indirectement liés à notre étude. L'objectif était d'élargir nos visions personnelles en se distanciant de nos a priori.

Pour ce faire, quatre grilles d'entretiens ont été conçues pour quatre cibles différentes :

- 1 doula
- 1 femme ayant eu recours à une doula
- 1 sage-femme
- 1 médecin généraliste ayant une formation en gynécologie

Le discours recueilli d'une femme ayant eu recours à une doula nous a permis d'appréhender les biais et les éléments à modifier pour nos guides d'entretiens. Enfin, nous voulions nous intéresser à la façon dont les professionnels de santé, en l'occurrence la sage-femme et le médecin, appréhende la question des doulas. L'ensemble de ses entretiens, combinés avec nos recherches documentaires, nous ont permis de constituer nos hypothèses de recherche.

D. Le cœur de l'étude : une phase de recherche

Le cœur de notre enquête a porté sur le recueil des discours des femmes ayant eu recours aux doulas au fil de leur parcours périnatal. Un guide d'entretien spécifique a été réalisé à cet effet. Nous avons réalisé au total 16 entretiens semi-directifs, d'une durée allant de 21 minutes à 55 minutes. Cinq de ses seize entretiens ont eu la particularité d'être réalisés avec des femmes ayant eu recours à une doula pendant leurs grossesses et qui sont elles-mêmes devenues doulas par la suite.

Ces femmes ont été contactées principalement par le biais des réseaux sociaux. Nous avons créé des posts (Annexe 1) que nous avons partagés sur nos réseaux sociaux respectifs (LinkedIn, Facebook, Instagram). Nous avons eu peu de retours par ce canal de diffusion. Nous avons donc décidé de créer une affiche (Annexe 2) que nous avons partagées directement aux doulas trouvées principalement sur Instagram, qui ont à leur tour diffusé l'affiche auprès de leurs clientes. C'est par ce canal de diffusion que nous sommes parvenus à entrer en contact avec ces femmes ayant recours aux doulas.

L'ensemble des entretiens a été réalisé tout au long du mois de janvier 2024, à distance, du fait des distances géographiques importantes. Selon les souhaits des femmes enquêtées, ils ont pu être réalisés en visio-conférence ou en appel téléphonique. Les entretiens ont été réalisés jusqu'à ce que nous ayons atteint le point de saturation des données. C'est-à-dire que les entretiens ont été menés jusqu'à ce qu'à ce qu'aucun élément nouveau n'émerge dans les discours des femmes ayant eu recours à une doula. L'ensemble de ses 16 entretiens a été jugé suffisamment riche pour construire notre étude.

III. Résultats

Cette partie va permettre de relever ce qui a été observé au cours de notre étude de terrain.

A. Les résultats des entretiens à usage exploratoire

Cette partie va permettre de relever ce qui a été observé au cours de notre étude de terrain.

Code de l'entretien	Type de personne	Durée	Contexte
1	Sage-femme salariée	15 min	En face à face
2	Médecin ayant une formation en gynécologie	13 min	En face à face
3	Doula à son compte	35 min	A distance
4	Femme ayant eu recours à une doula au cours de sa grossesse	37 min	En face à face

- ***Sage-femme salariée d'un centre hospitalier & médecin généraliste ayant une formation en gynécologie :***

Les sage-femmes et les doulas sont des professionnelles qui interviennent au moment d'une éventuelle grossesse, d'une grossesse et du post-partum. Elles jouent des rôles complémentaires dans la prise en charge et le soutien de ces femmes, bien que leurs fonctions soient bien distinctes. Par cet entretien, il nous semblait intéressant de recueillir le discours d'une sage-femme sur ses représentations envers les doulas afin de cerner le contexte dans lequel ces professionnelles évoluent. Les relations entre les professionnels de la périnatalité sont multiples et variées. Dans certains cas, les doulas peuvent être accueillies et être les bienvenues dans les maternités, mais d'en d'autres cas, elles peuvent être refusées.

Au cours de notre entretien avec une sage-femme salariée, celle-ci nous explique connaître « vaguement » et d'en « avoir entendu parler pendant mes études » ou « avec mes collègues. » Tout comme l'entretien avec le médecin, la sage-femme précise que ce ne sont « pas des personnes qui ont une formation médicale sur l'accompagnement de la grossesse et de l'accouchement ». Selon la sage-femme et le médecin, elles considèrent que l'accompagnement proposé par une doula peut être un « atout pour certaines patientes », « un élément complémentaire » car elle reconnaît que de manière générale les sage-femmes n'ont « pas le temps de rester avec les patientes », « pas le temps d'avoir un accompagnement personnalisé ». Selon eux, la doula « peut prendre le relais » en proposant un « accompagnement personnalisé » sur la « gestion de la douleur » ou pour « proposer des alternatives ». La sage-femme souligne la plus-value des doulas et des patientes qui se « connaissent » car « elles se voient pendant la grossesse ». Selon elle, la doula peut proposer un « soutien moral », un « accompagnement personnalisé quand on n'a pas le temps ». Elle estime qu'une concurrence ne peut pas s'installer entre les sage-femmes et les doulas dans le sens où elles ont « une profession médicale » avec « une formation, un diplôme » et que les doulas ne « pourront pas faire notre travail ». Elle reconnaît que « certaines patientes » vont plus écouter leurs doulas qu'elle ou des médecins sur certains conseils car elles ont tendance à « surmédicaliser », cependant, elle se méfie en expliquant que ça « peut être dangereux de se fier seulement aux doulas ». Néanmoins, le médecin a peur des potentielles dérives car ce n'est pas aussi encadré qu'une profession comme celle de sage-femme. De plus, ce médecin indique que le jour où elle conseillera à ses patientes de rencontrer une doula, elle rencontrera elle-même préalablement cette professionnelle.

- ***Retour de métier par une doula :***

Au cours de cette phase exploratoire, nous avons eu à cœur d'interroger une doula pour percevoir une vision interne du métier. La formation qu'elle a passée comporte notamment des cours de réflexion éthique et déontologique sur le métier de doula, le cadre juridique, des mises en situation, cas pratiques, et analyse de gros modules comme la grossesse, la naissance, le post-partum, le deuil périnatal et les actes annexes au maternage (allaitement, portage, etc.). Au total, 9 mois de formation sont nécessaires avec un week-end par mois en présentiel. Selon la doula, on retrouve une pratique commune, un corps de métier qui serait « l'écoute active. » Elle n'est pas spécialisée dans un public en particulier, mais s'occupe en général plutôt de femmes avec

les mêmes volontés et les mêmes valeurs qu'elle pour son accouchement (à domicile ou naissance plus physiologique par exemple). Elle définit son métier plutôt comme un devoir de présence, d'accompagnement non-médical. Elle suit ses clientes en toute circonstances. La doula se définit davantage comme un prisme d'information, permettant de proposer le champ des possibilités aux parturientes, comme un « éventail » de parcours de soins en périnatalité. Et même si, le projet de naissance de la parturiente se voit être modifié pour des questions de sécurité pour la mère et l'enfant, elle se fixe pour rôle d'aider le couple « à *comprendre pourquoi* » les choses se passent comme ça, afin qu'ils puissent rester acteur de l'événement et de ne pas simplement subir des décisions sans en comprendre les causes de l'urgence. Elle nous apprend également qu'une doula ne peut pas être présente lors d'un accouchement sans présence d'une sage-femme, sinon c'est une pratique illégale du métier de sage-femme. La doula viendra alimenter nos hypothèses en désignant deux raisons d'un recours à une doula : soit une précédente grossesse ou accouchement s'est mal déroulé, et ces femmes ne veulent pas revivre la même expérience, soit parce qu'elles ont déjà connaissance des doulas et c'est leur premier enfant, ainsi elles veulent « *faire tout de suite tout bien* ». Dès cet entretien exploratoire, la doula a exprimé l'importance de l'accompagnement du couple, plus que d'un accompagnement seulement de la femme. On compte en général 6 séances pendant le parcours périnatal et beaucoup de collaboration avec d'autres professionnels : gynécologue, psychologue, ostéopathe, chiropracteur, ou conseillère en lactation pour des orientations mutuelles et également des sage-femmes sur l'accompagnement en duo, au cours de l'accouchement.

- **Résumé cliente de doula :**

Les motivations de la cliente pour choisir une doula sont ancrées dans un désir de complémentarité au parcours médicalisé de la grossesse. Sa principale motivation était de compenser l'aspect très médicalisé de son parcours périnatal, notamment en raison de la procréation médicalement assistée (PMA) et de la naissance prématurée de son premier enfant. Les raisons qui ont conduit la cliente à recourir à une doula sont enracinées dans son intérêt pour les aspects non médicaux de la grossesse et sa curiosité et son ouverture pour de nouvelles expériences. Comme elle le dit : « *Eh bien... déjà tout ce qui tourne autour de la grossesse [...] plus je peux en apprendre, mieux c'est [...] j'aime aussi tout ce qui est un peu nouveau, voilà, je suis plutôt curieuse* ». Quant à ses attentes, elles étaient sans préconceptions spécifiques mais avait une volonté de découverte, comme elle le mentionne : « *Eh bien pas spécialement en fait. J'avais vraiment envie de découvrir [...] non pas d'attentes particulières* ». L'apport de la doula a été significatif dans son parcours. La cliente a apprécié le mélange de soutien émotionnel, d'informations et d'outils pratiques, tout en équilibrant avec les méthodes médicales. Elle a également apprécié les différentes facettes de l'accompagnement, telles que les massages, le soutien pendant les procédures médicales : « *elle nous a fait aussi des massages. [...] On a fait un moulage de mon ventre. [...] En plus, c'est arrivé à la fin de ma grossesse aussi où j'avais d'autant plus besoin de..., de trucs sympas comme ça et non-médical... médicaux. [...] je suis super contente de l'avoir fait, ça m'a fait du bien* » et « *elle m'a accompagné à un moment donné euh... à la clinique, sur un temps où mon conjoint ne pouvait pas m'accompagner [...] à la clinique parce que j'ai fait une VME* ». Ce témoignage met en lumière le rôle unique et

complémentaire de la doula. De plus, la cliente ressent une distinction claire et appréciée entre le rôle de sa doula et celui des professionnels médicaux. Elle exprime ce ressenti en disant : « *Ouais oui bah parce que la doula elle gère pas du tout le côté médical [...] elle est surtout sur le plan euh... émotionnel, affectif [...] il y a le temps de parler de tout le reste* » et « *c'est beaucoup plus large quoi [...] elle nous a proposé de garder notre fille pendant..., le jour de l'accouchement, elle nous a proposé de venir faire du ménage chez nous après l'accouchement, fin, voilà, c'est beaucoup plus large.* ». Ces phrases montrent son appréciation pour le soutien émotionnel et personnalisé que la doula lui a apporté, en contraste avec les soins plus techniques et médicaux fournis par les gynécologues et sage-femmes. Ce contraste souligne l'importance d'un accompagnement holistique durant la grossesse, où le soutien affectif et les conseils pratiques de la doula complètent les soins médicaux traditionnels, créant ainsi une expérience plus équilibrée et riche pour la cliente.

B. Les résultats des entretiens à usage principal

À travers les 16 entretiens effectués, nous avons pu recueillir des données démographiques ci-dessous, cela permettra de comprendre la composition et la diversité du groupe étudié.

1. *Les profils sociodémographiques des enquêtées*

Les différents métiers des 16 femmes interrogées :

Prothésiste dentaire (A)	Infirmière puéricultrice (I)
Gestalt praticienne (B)	Cadre du secteur bancaire (J)
Bibliothécaire (C)	Assistante dentaire (K)
Aide-soignante (D)	Ergothérapeute (L)
Kinésiologue (E)	Doula (M)
Doula (F)	Travaille dans une collectivité territoriale pour l'agriculture et l'alimentation (N)
Coiffeuse et doula (G)	Médiatrice familiale (O)
Esthéticienne et doula (H)	Infirmière à temps partiel Doula (P)

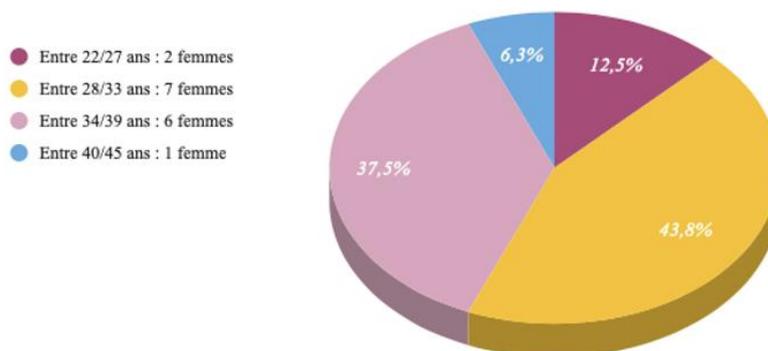


Figure 1 : Classes d'âge des 16 enquêtées

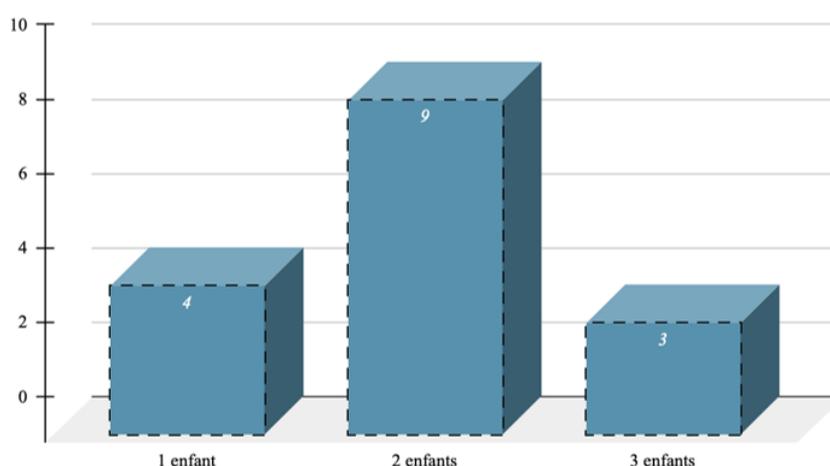


Figure 2 : Nombre d'enfants par femmes

2. Les expériences passées des parturientes

Les méandres de leurs précédentes grossesses liées à l'organisation médicale

L'entretien A évoquera un accouchement en pleine période de confinement de la Covid-19 : « Je me suis retrouvée à rentrer [...] à la maternité en plein travail, toute seule pendant euh... toute une nuit donc de 00h00 à... à... à 11h00 du matin, j'ai travaillé toute seule. [...] en une nuit de temps les sage-femmes sont venues me voir 2 fois [...] c'était juste horrible. ». Notre enquêtée G nous racontera les problèmes de santé de son premier enfant dans lequel elle était seule à sentir que son enfant avait un problème : « elle avait un RGO donc un..., un reflux interne [...] Ce n'était pas perceptible et donc euh..., à l'œil comme ça, à part les pleurs, à part moi qui la sentais douloureuse et qui était intimement convaincue qu'il y avait un problème ! Les médecins, les sage-femmes me..., fin surtout le médecin me disaient : « Vous êtes fatiguée, reposez-vous, ça ira mieux ! ». On retrouvera également une surreprésentation d'inquiétudes et de peurs liées aux contrôles médicaux de la grossesse : « y a eu de très nombreux abus, on m'a fait peur énormément de fois, on m'a forcé à faire plein de choses, des analyses, des examens, des choses qui n'étaient pas du tout obligatoires [...] franchement ça été horrible ». (F) Une

autre, nous dira dans les liens avec les autres professionnels : « *un parcours avec une sage-femme qui m'a pas forcément satisfait. Et avec quelqu'un d'assez anxigène qui m'a fait plusieurs réflexions en fait autour de la grossesse et qui m'ont assez marqué* » (N). Enfin, l'enquêtée D, nous expliquera qu'à la suite de son accouchement, elle a été déclenchée artificiellement, ça a été « *une cascade d'interventions complexes* » et qu'elle avait le sentiment de s'être « *fait avoir* » au vu d'un déclenchement qui n'était pas nécessaire.

Un passage de difficultés émotionnelles

Notre enquêtée B nous détaillera dans son histoire : « *Avant d'avoir mon fils, j'ai eu 4... fausses-couches et donc, euh c'était assez douloureux* ». Notre enquêtée C nous confiera pour sa part que sa première grossesse a été « *chaotique* », et qu'elle a accouché « *prématurément à domicile* », ce qu'il l'a « *traumatisé* », elle précise « *j'étais euh... assez fragile* ». Pour continuer, notre enquêtée E soulignera qu'elle voulait un « *accouchement sans péri* » dès sa première grossesse, mais qu'elle avait « *des peurs et des a priori* ». D'autant plus que la femme avait fait « *un baby-blues* » dans sa première grossesse mais avait été « *bien accompagnée* ». L'enquêtée P, évoquera avoir fait « *un burn-out parental* ».

3. Les raisons d'un recours à une doula

Dépression post-partum

Le témoignage M d'une femme ayant eu recours à une doula pour l'une de ses grossesses et elle-même devenu doula à présent, nous demandera : « *tu veux que je t'en dise un peu plus sur les pourquoi on est venu me voir ?* » et nous expliquera que : « *y'en a plusieurs qui sont venues parce qu'elles avaient peur de la dépression post-partum et d'être mal organisées en post-partum. Soit parce qu'elles ont déjà eu un premier bébé et que le premier post-partum était horrible donc elles ont peur et elles veulent prévoir ça. Soit parce qu'elles ont des antécédents de dépression et donc elles ont peur de retomber là-dedans avec l'arrivée de leur bébé.* » Sur nos enquêtées, 5 d'entre elles évoqueront avoir fait « *une dépression post-partum* » suite à de précédents accouchement (C, G, H, K et P) et ont eu recours à une doula dans le but d'être plus accompagnée pour ne pas vivre une nouvelle dépression : « *c'était ma grosse peur de revivre ça, de revivre l'épuisement, de ne pas se sentir capable de pouvoir s'occuper de ses enfants* » (P). Une autre, dans notre entretien A, nous dira : « *J'ai très mal vécu [...] le post-partum. Et puis, un post-partum en confinement (rire), c'est pas pareil.* ». D'autres, sans avoir spécialement vécu de dépression post-partum, appréhendaient ce moment et souhaitaient « *se préparer* » et « *sentir qu'il y aurait quelqu'un qui serait là pour me soutenir si j'avais besoin, un professionnel quoi* » (O). Tandis que d'autres conseillèrent le recours à une doula à « *des copines qui viennent de sortir d'un post-partum plus ou moins compliqué* » (K).

Un accompagnement émotionnel/ psychologique

Cet accompagnement sera défini par notre enquêtée C comme un espace de parole libre, ou on peut « *tout dire [...] sans honte [...] sans... me sentir seule [...] Sans jugement [...] Et puis en même temps, vraiment avoir ce regard euh bienveillant et de confiance qu'elle m'apporte [...]* ». Ainsi, la raison « *ne pas être seule* » a été évoquée dans 6 entretiens par les enquêtées A, B, C, G, H, L et N. A titre d'exemple, dans notre entretien B, la jeune femme évoquera dans ses expériences passées, de nombreuses fausses couches, qu'elle a « *un peu trop traversé ça toute seule* » et que quand elle a cru « *avoir une 5^{ème} fausse couche* » elle a voulu « *s'entourer* » pour « *ne pas être seule* », du moins, « *seuls* » elle et son mari.

Une disponibilité plus importante et une place plus accrue laissée à la discussion

Un besoin de disponibilité est souvent évoqué que ce soit pendant les séances mais aussi à distance généralement via WhatsApp permettant de répondre aux questions (B, G, H, I, M, N, L). Répondre aux questions et avoir une source d'informations via une doula seront par ailleurs la raison principale du recours pour notre enquêtée H. Cette disponibilité sera perçue comme un accompagnement complémentaire : « *le suivi médical, c'était très très très médical [...] ça ne prenait pas trop en compte d'autres aspects, notamment l'aspect psychologique, l'aspect aussi physiologique.* » (J) ; « *Tu vois avec ma doula on avait plus de temps. Les rendez-vous duraient une heure deux heures en fonction de ce qu'on choisissait alors que les rendez-vous sage-femme ou grossesse c'est plus une demi-heure tu vois donc on pouvait s'étaler sur un sujet un peu plus longtemps* » (M) ; « *la sage-femme libérale [...] elle manque de temps et une doula ça va être plutôt quelqu'un qui va être à l'écoute, elle va être plutôt pour notre bien-être mental et physique* » (K) ; « *Moi, j'ai une super sage-femme, mais elle..., elle est très prise et euh... c'est vrai que les rendez-vous euh... et bien euh... on reste dans le cadre et on n'a pas le temps de plus, (...) Mais avec une doula, c'était un rendez-vous de 2 heures sur 2 mois, où je pouvais parler de tout ce dont j'avais envie* » (E).

Empowerment, soutien et « coaching »

On retrouve dans nos entretiens l'idée de redevenir « *maître de son accouchement* » (F). Notre enquêtée D soulignera comme raison principale : « *pour avoir quelqu'un de son côté quand il y a des choix à prendre [...] pour ne pas se laisser avoir* ». Tout comme l'enquêtée G qui nous dira : « *je voulais absolument m'assurer que je ne serais pas toute seule si jamais j'avais une intuition, et que dans cette période euh... hyper vulnérable qu'est le post-partum, euh... il y aurait quelqu'un pour me dire : "Écoute-toi, peut-être qu'il faut taper du poing sur la table si tu sens qu'il y a un problème, il faut creuser !"* ». L'enquêtée I, nous dira qu'elle cherchait « *une expérience en fait, un soutien* » et l'enquêtée A, nous soumettra l'idée de la recherche « *d'un coach* » en nous confiant : « *Nous permettre à mon mari et moi de VIVRE... notre accouchement sans... avoir euh... la contrainte de... de gérer voilà euh... soit même la douleur... se rappeler quelle position il faut prendre [...] Et d'avoir vraiment quelqu'un qui allait me dire : « Allez t'es capable quoi, t'es capable de le faire [...] T'es fait pour ça » [...] On en revient à l'idée du coach en fait* ».

4. *L'expérience des femmes avec leur doula*

Les témoignages collectés auprès des femmes offrent un aperçu riche et diversifié de leurs interactions et de leur expérience avec leur doula. Ils mettent en lumière trois domaines clé : la confiance et la sécurité, l'accompagnement et le soutien, ainsi que la préparation et l'apprentissage. Chaque domaine reflète des aspects uniques de l'expérience vécue par ces femmes avec leur doula, soulignant l'importance de cette relation dans leur parcours périnatal.

La confiance et la sécurité

Les femmes mettent en avant l'importance d'un environnement non-jugeant, empreint de bienveillance et d'écoute. Les enquêtées C, I, K et P évoquent spécifiquement cette atmosphère de soutien émotionnel et de confiance. Par exemple, l'enquêtée C décrit la doula comme ayant un « *regard euh bienveillant et de confiance* », tandis que l'enquêtée K souligne son rôle d'écoute active et sans jugement « *à l'écoute, elle va être plutôt pour notre bien-être mental et physique [...] un avis et une vision extérieure sans jugement* ». La présence rassurante de la doula est également un thème récurrent, cité par les enquêtées A, F, I et P. Les termes tels que « *soutenue* » et « *rassurée* » illustrent le sentiment de sécurité qu'elles ressentent grâce à la présence de leur doula. Elles ont mentionné : « *elle m'a énormément soutenue, elle m'a rassurée* » (I) ; « *je pensais à elle des fois et de savoir qu'elle était là si j'avais besoin ben c'était déjà hyper rassurant.* » (P). En outre, 2 personnes, les enquêtées G et M parlent d'inspiration et de confiance, reflétant un lien profond et une admiration pour l'expérience et les qualités de leur doula. Elles ont évoqué un « *lien de confiance qui s'est installé* » (G) et que « *c'était une femme qui avait plus d'expériences que moi [...] elle m'inspirait donc j'avais envie de lui confier des trucs* » (M).

L'accompagnement et le soutien

Les femmes décrivent la doula comme une figure de soutien quotidien, émotionnel et décisionnel. Les enquêtées B et G, par exemple, parlent de la présence constante et rassurante de leur doula dans leur vie quotidienne, offrant un appui précieux en dehors du cadre médical. Elles ont indiqué : « *je sentais la présence, j'étais pas toute seule et mon mari, il a pu lui se reposer* » (B) ; « *ça allait être aussi un appui euh... en étant hors structure médicale, d'avoir 2 bras de plus.* » (G). Le soutien émotionnel est un aspect essentiel pour les enquêtées C, G et P, qui mettent l'accent sur l'importance de ne pas rester seules avec leurs angoisses, et d'avoir du soutien extérieur. Elles ont précisé : « *Que je ne reste pas avec mes angoisses* » ; « *sur le plan émotionnel [...] du soutien extérieur* » (P). L'accompagnement spécifique durant l'accouchement est illustré par des exemples concrets des enquêtées B et I, qui parlent de massages et de bains relaxants : « *on avait une piscine d'accouchement [...] Ou me massait un peu le dos* » (B) ; « *elle m'a fait des massages dans le dos aussi pendant mes contractions, elle m'a fait couler un bain* » (I). L'enquêtée J, aborde le rôle de la doula dans le soutien et les conseils relatifs aux décisions d'accouchement : « *beaucoup de conseils. Voilà, je dirais ça, mais aussi du soutien dans les prises de décisions que j'ai eu à prendre, notamment bah au moment de décider de faire une césarienne* », tandis que l'enquêtée L, évoque

l'accompagnement global de la famille : « *que chacun trouve sa place et que... nous aider à faire nous-même, nous-même notre parcours* ». L'enquêtée D, elle, met en lumière l'importance de prendre du recul, un aspect crucial pour se recentrer sur soi : « *on a tout déconstruit, pour mieux rebondir [...] c'est plus pour me recentrer sur moi-même, me poser les bonnes questions, savoir ce que j'ai vraiment envie* ».

La préparation et l'apprentissage

D'après les femmes interrogées, la doula apparaît comme une source d'informations et de pratiques essentielles. En effet, 13 d'entre elles (A, B, C, E, F, G, J, K, L, M, N, O, P) discutent des exercices pratiques, tels que le resserrage du bassin, le portage et l'utilisation du rebozo, enseignés par leur doula durant leur grossesse : « *elle m'a fait en postnatal un resserrage du bassin [...] elle m'a montré la technique pour le continuer après* » (F) ; « *elle nous a montré pas mal d'exercices avec le ballon, avec le rebozo pour l'accouchement, des positions pour l'accouchement* » (L) ; « *des mouvements avec une écharpe de portage* » (M). L'enquêtée H, elle, mentionne l'accès à des outils en ligne pour se préparer à l'accouchement, tels que des vidéos et des PDF « *de pouvoir avoir des outils qui m'aideront à m'adapter [...] nous donner les clés* ». Tandis que les enquêtées B, F, H, I et P abordent l'aide apportée pour élaborer leur projet de naissance : « *on avait par exemple une séance sur le projet de naissance* » (B) ; « *elle nous donnait aussi des indications... pour construire petit à petit en fait notre projet de naissance* » (H). L'apprentissage des droits en tant que maman est un aspect souligné par l'enquêtée I : « *elle m'a donné des connaissances en termes de droit en tant que maman* ». De plus, l'enquêtée N met en avant l'enseignement sur la vie de mère proposé par sa doula : « *on nous apprend pas à être mère, on nous apprend pas à être enceinte, on nous apprend pas à devenir femme et tout ce passage-là la doula elle va le faire* ». La préparation à l'accouchement naturel et physiologique a été discutée par les enquêtées E, J et N : « *On a beaucoup travaillé sur l'accouchement naturel, sans péri, enfin l'accouchement physiologique [...] c'était de la discussion, c'était de la préparation* » (E) ; « *au niveau du déroulé de l'accouchement, de la physiologie, qu'est ce qui peut se passer, et notamment comment ça se passe en cas de césarienne* » (J) ; « *des mouvements des positions pour l'accouchement physiologique* ».

5. Les impacts de la présence d'une doula dans le parcours périnatal

Avoir la capacité de réaliser un accouchement plus physiologique

L'accompagnement de la doula a permis à plusieurs femmes de notre échantillon de se donner comme objectif de réaliser un accouchement plus naturel, physiologique, sans péridurale (A, E, I). L'enquêtée A évoquera l'idée « *d'un coach* » qui va la motiver et la pousser le plus loin possible dans l'accouchement, sans péridurale. Tout comme l'enquêtée E, où il était question de « *se préparer* » à cet accouchement. Néanmoins, l'enquêtée B nous dira que l'absence de la doula (car la sage-femme n'était pas encore arrivée) pendant le pré-travail leur manquait énormément : « *le pré-travail [...] ça a duré euh... 2 jours et demi et 3 nuits, mon accouchement. [...] c'était déjà des contractions et nous on était déjà en mode accouchement quoi [...] La*

doula et sage-femme sont arrivées à 02h00 du matin, la dernière nuit, et j'ai accouché à 13h45. Elles sont pas restées longtemps. »

L'accompagnement d'une doula comme lieu de discussion, d'écoute, de partage

Les doulas proposent dans leur accompagnement des lieux de discussion, d'écoute, de partage avec 8 femmes accompagnées (B, C, F, J, K, L, M et N). L'enquêtée N explique : « *je crois que j'avais besoin de parler [...] j'avais besoin qu'on m'écoute [...] comment dire une expérience euh euh universelle [...] objective.* » Tout comme notre entretien F, qui nous dira : « *Je voulais une doula bienveillante, qui soit vraiment à l'écoute, et... qui ne m'influence pas* ». L'enquêtée B, elle explique qu'elle souhaitait un « *accompagnement émotionnel, du soutien [...] D'une autre femme qui est déjà PASSEE par là* ». De plus, dans l'enquêtée M explique l'accompagnement qu'elle attendait « *qu'elle réponde à mes questions. Qu'elle me donne [...] des films, des livres, des références quoi à regarder, à fouiller pour m'informer, euh j'attendais qu'elle soit disponible si j'avais un doute une peur un truc.* ». L'enquêtée A, elle explique : « *Le fait de pas [...] De pas être seule et d'avoir vraiment quelqu'un à 100% pour moi, pendant mon travail en fait, qui va... qui va me masser... qui va m'aider à prendre les positions* ». Comme évoqué dans les raisons du recours au doula, l'accompagnement d'une doula a un impact important dans le soutien émotionnel en post-partum (C, G, K, O et P).

6. Les expériences avec une doula comparativement aux autres formes de soutien périnatal

L'expérience avec une doula peut différer de manière significative par rapport à d'autres formes de soutien périnatal, telles que le soutien familial, amical ou encore celui des professionnels de la santé. Les doulas sont des tierces personnes, extérieures à l'histoire, au passé et au vécu des femmes qu'elles accompagnent « *elle ne connaît pas forcément mon vécu* » (F). Les femmes enceintes recherchent une doula qui « *soit complètement extérieure* » (G).

Une professionnelle formée

La doula est une professionnelle « *formée* » (A, C) qui transmet des informations et des connaissances que les professionnels de santé n'ont pas le temps de transmettre « *pour soulager les douleurs* », « *quelles positions adopter* » (A). Elles proposent un « *accompagnement personnalisé, bienveillant* » « *sur mesure* » (H). L'enquêtée J explique qu'elles ont « *une connaissance de la physiologie de l'accouchement, de la philosophie de la vie, de la femme* ». L'enquêtée B indique que la doula est une professionnelle formée « *c'est son métier donc elle est obligée d'écouter et d'accompagner ce qui n'est pas forcément le cas de famille qui aura peut-être d'autres choses en tête* ». La doula est « *passionnée* » par la « *périnatalité* » donc la femme enceinte a « *tout le temps de lui en parler, tout le temps de lui partager mes ressentis [...] qu'ils soient joyeux ou... plus difficiles et qu'elle les accueillait toujours* » (B). Il y a un côté « *de femmes à femmes* » (C) et un « *lien de confiance qui s'est installé* » (G). L'enquêtée L explique que « *la doula c'est secret [...] elle comprend, elle ne juge pas et elle est là que pour nous* ». Les femmes suivies par une doula recherchent le « *recul* » (F), « *une juste distance* »

(O), un « non-jugement » (E, O), « de la neutralité » (O), un « regard professionnel » (E), de l'« objectivité » (H), une « vision extérieure » (K), de la « connaissance » (E), de « l'organisation » (E) et « aucune prise de décision » (H).

Une distanciation vis-à-vis de la famille

Les éléments recueillis au travers des entretiens mettent en exergue la recherche par les enquêtés d'une réelle distanciation vis-à-vis de leurs familles. Elles recherchent un accompagnement différent « *dénué d'affects* » et « *dénué d'une histoire personnelle qui peut être longue* » (N). L'enquêté H explique « *des gens de notre entourage [...] qui veulent être bienveillants et juste être à l'écoute, fin, on les connaît, on connaît les réactions et les mimiques et en tout cas elles ne peuvent pas être objectives ces personnes-là* ». La doula est pour l'enquêtée M « *une petite cellule extérieure* ». L'enquêtée C, elle, explique qu'il y a « *une question de génération, notamment avec ma maman, par exemple qui sont pas du tout sur les mêmes questionnements. Ni sur les mêmes bouleversements* ». En effet, dans l'aventure d'une grossesse ce n'est pas seulement la femme enceinte qui devient maman, c'est tout l'entourage qui acquiert de nouveaux rôles et de nouveaux statuts. C'est le père qui devient papa, « *y'a la soeur qui devient tante* » (M), « *y'a le père qui devient grand-père* » (M) enfin « *y'a plein de choses qui bougent dans tous les sens* » (M). De manière spontanée, l'enquêtée M explique « *et ben avec ma doula je peux me plaindre de mes proches* ».

Une distanciation vis-à-vis du cercle amical

Certaines femmes enceintes ressentent également le besoin de se distancier du réseau amical. L'enquêtée C explique « *je me sentais pas à l'aise d'évoquer tout ce que ça a pu provoquer en moi ... avec mes amis en fait* », et ne pas avoir « *assez de confiance* » pour se « *confier* ». Les femmes veulent « *pouvoir parler sans filtres* » (M). L'enquêtée G explique « *on ose peut-être plus dire ce qu'il se passe [...], pour nous, sans avoir peur de blesser la personne [...] sans culpabilité* ». L'amie « *si elle a autre chose à penser et à ce moment-là, elle va peut-être pas avoir de temps pour moi* » (B). De plus, l'enquêtée N pointe les retours d'expériences des amies qui « *ont déjà un vécu et bien inévitablement il y a un retour d'expérience qu'on n'a pas forcément demandé [...] j'ai besoin de te parler de moi et de te transmettre mes sentiments* ».

Un besoin d'écoute

Les femmes ayant recours aux doulas sont en recherche d'accompagnement et d'écoute, elles n'attendent pas nécessairement de conseils ou de retours d'expériences, mais elles ont besoin d'être écoutées. Le soutien proposé par la famille ou les amis « *n'est quand même pas la même chose* » car les proches « *vont toute suite être plus impacté.* » L'enquêtée P explicite cela par l'exemple suivant. Elle ne faisait que pleurer, son amie ou sa sœur avaient « *plus tendance à lui dire mais ça va aller t'es forte t'inquiètes [...] c'est qu'une passade mais en fait c'était pas du tout ce que j'avais besoin d'entendre* ». L'enquêtée P a « *besoin qu'on m'entend dans ma douleur et ma souffrance et qu'on m'aide à traverser ça, pas qu'on me donne des conseils* ». L'enquêtée L explique que « *l'entourage c'est bien, mais leurs avis on ne les a pas forcément demandés* ». Dans le même sens, l'enquêtée F explique « *le côté des conseils non sollicités que*

tout l'entourage peut donner, bah elle, elle ne le fait pas. Les "tu devrais faire" ou "moi je suis passée par là, alors je sais" [...] fin ce genre de phrases elle ne les dit jamais, jamais ». L'enquêtée N explique « J'éprouvais pas non plus de satisfaction entre guillemet des échanges que j'avais avec ma propre mère en fait j'ai cherché des femmes qui pouvaient m'aider, ma mère une sage-femme, ma mère ça n'allait pas, ma soeur ça n'allait pas, mes amis ça n'allait pas non plus parce que je me suis rendue compte que les expériences des femmes étaient souvent décrites à l'aulne de leurs propres expériences à elles et y'avait un peu un manque d'objectivité ».

Un besoin de soutien

La doula peut également représenter une forme de soutien que ne représente pas toujours l'entourage, elle rassure. Par exemple, l'enquêtée I explique que « *quand je racontais aux autres que je voulais accoucher sans péridural, ils ne comprennent pas* », elle cherchait un « *soutien* » qu'elle pensait trouver avec « *les mères, les cousines, les tantes qui pouvaient me transmettre ça, moi c'est la doula qui a pu me transmettre ça* ». L'enquêtée D explique qu'« *on nous a tellement conditionnés à accoucher [...] dans un milieu médical que [...] du coup, je passe [...] pour une folle qui va accoucher dans sa maison [...] je sais que ma doula [...] partage le même point de vue que moi* ». La question de la distance géographique entre également en jeu, dans certains cas la doula peut remplacer le cercle familial et amical : « *ma famille, mes amis, mon entourage sont quand même assez loin, donc du coup, elle, elle était à proximité* » (J).

Une doula, complémentaire aux professionnels de la parentalité

Par rapport aux autres professionnels de santé, l'enquêtée L explique qu'elle recherchait « *vraiment un professionnel à part entière, mais un professionnel intime plus que médical* ». Une professionnelle « *toujours disponible, elle était vraiment là pour moi* » (P). Les professionnels de la périnatalité sont principalement présents au moment de la grossesse et le sont beaucoup moins au moment du post-partum, période propice aux dépressions. L'enquêtée K explique que sa doula lui a apporté une « *vision extérieure, sans jugement, neutre elle rentre dans ma tête et elle arrive bien à me cerner et va dans l'anticipation de réflexion que je n'ai pas encore menée, donc elle me fait gagner du temps dans le parcours post-partum, elle m'a fait gagner des clés auxquelles je n'avais pas du tout accès* ».

IV. Discussion

A. L'importance de la doula dans le soutien périnatal

Nos hypothèses donnaient des éléments de réponses à notre question de recherches, d'une part, la présence des doulas crée un environnement non-jugeant et bienveillant. Les femmes témoignent d'un sentiment accru de sécurité et de confiance, essentiel pour naviguer dans la complexité émotionnelle et physique de la grossesse et de l'accouchement. Cela montre que la présence de la doula offre un refuge psychologique et émotionnel. Cette bienveillance et cette

écoute active, où les femmes se sentent soutenues et rassurées, jouent un rôle majeur dans la réduction de l'anxiété, le renforcement de leur confiance en elles et l'amélioration de leur expérience globale de la maternité. En outre, les doulas sont perçues comme des piliers de soutien quotidien, offrant un accompagnement émotionnel et décisionnel durant leur parcours périnatal qui va au-delà du cadre médical. Cette assistance continue est particulièrement précieuse dans un contexte où les systèmes de santé peuvent être surchargés ou impersonnels. Les doulas aident les femmes à se sentir moins isolées dans leurs angoisses et plus autonomes dans leurs décisions, jouant un rôle essentiel dans le renforcement de leur sentiment d'autonomie et de contrôle sur leur expérience de l'accouchement. D'autre part, les doulas sont également vues comme des sources importantes d'information et d'apprentissage. Ainsi, la préparation à l'accouchement est un autre domaine où l'impact des doulas est significatif. Par l'enseignement de techniques spécifiques, les doulas contribuent à une meilleure préparation physique et mentale des femmes. Cette préparation approfondie est cruciale pour aider les femmes à aborder l'accouchement avec moins de craintes et plus de confiance, ce qui peut avoir un impact positif sur l'expérience de l'accouchement elle-même, mais également sur le post-partum.

Cependant, il est important de considérer ces résultats en considérant la présence de biais potentiels. Premièrement, les témoignages sont subjectifs et reflètent les expériences personnelles des femmes, qui peuvent varier grandement. Les femmes qui ont vécu des expériences négatives ou neutres avec leur doula pourraient ne pas être représentées. De plus, les femmes qui choisissent de recourir à une doula pourraient déjà avoir certaines attentes ou préférences concernant leur accouchement, ce qui pourrait influencer leur perception de l'expérience. De plus, les expériences individuelles peuvent être influencées par divers facteurs culturels, socio-économiques, ou personnels, ce qui suggère une nécessité de prudence dans la généralisation de ces résultats.

B. L'apport de notre étude dans les pratiques des professionnels en périnatalité

Dans un premier temps, notre mémoire vient confirmer l'ensemble des études démontrant l'évolution des soutiens et des accompagnements émotionnels autour des parturientes. Aujourd'hui, on ne retrouve plus le même soutien familial dans la famille moderne que dans la famille traditionnelle. La scientification de certains métiers comme celui de sage-femmes mettent davantage en valeur les compétences médicales que les compétences et l'accompagnement émotionnel des patientes. En effet, ces résultats peuvent fournir aux professionnels de santé des informations précieuses sur les besoins spécifiques des femmes enceintes en matière de soutien. Les professionnels peuvent utiliser ces résultats pour adapter leurs pratiques de soutien pendant le parcours périnatal, tout en tenant comptes des préférences individuelles et personnelles des femmes. L'étude pointe une demande accrue de soutien par le biais des doulas, ainsi les professionnels de santé en périnatalité peuvent envisager de renforcer leur collaboration avec ces professionnelles pour offrir une approche de soins plus globale et plus complète. De plus, ces résultats pourraient inciter les établissements de santé et les cabinets libéraux à revoir et à ajuster leurs protocoles pour mieux soutenir les femmes enceintes, en reconnaissant l'importance du soutien émotionnel et de la présence continue. L'étude met en

évidence les besoins spécifiques du soutien post-partum, les professionnels de santé pourraient envisager d'intégrer davantage de ressources et de services pour soutenir la récupération physique, morale et émotionnelle après l'accouchement, notamment dans l'idée d'une continuité du parcours en périnatalité. Cette étude peut servir de vase pour sensibiliser davantage aux choix des femmes en matière de soutien périnatal, encourageant ainsi une approche centrée sur la patiente. L'enquête menée peut aider les professionnels de santé à mieux comprendre et saisir les attentes et les préférences des femmes enceintes.

C. Comparaisons des résultats avec la littérature scientifique

Outre le fait de comprendre les raisons pour lesquelles les femmes enceintes ont recours aux doulas au cours de leur parcours périnatal, notre enquête a permis de reconsidérer la place des doulas dans le paysage de la périnatalité. En effet, les sources documentaires disponibles sur le sujet et étudiées dans le cadre de ce mémoire se tournent davantage vers la méfiance de la profession de doula « faut-il avoir peur des doulas » ; « doula ou pas doula » ou bien selon le spectre d'une concurrence entre sage-femme et doulas. Ces références émettent des inquiétudes quant à la profession de doula et sur les éventuelles dérives. Notre mémoire emprunte un autre regard, en soulignant l'importance pour les femmes enceintes, d'être accompagnées par une profession que l'on pourrait qualifier de plus « alternative ». Le point de vue n'est plus du côté des professionnels qui entrevoient une concurrence, une méfiance vis-à-vis des doulas ; mais bien du côté des parturientes qui décrivent de réels besoins et de réelles attentes en termes d'accompagnement dans leur parcours périnatal. L'ensemble des enquêtées décrivent une réelle expérience de vie intime et précieuse avec leur doula.

D. Limitation de notre étude et éventuelles perspectives de recherches futures

Notre sujet ne concernait que l'accompagnement des femmes enceintes, mais nous remarquons que l'accompagnement proposé par une doula englobe généralement le couple, la famille, etc. L'inclusion des pères dans l'accompagnement d'une doula est une approche holistique, qui reconnaît l'importance de soutenir le bien-être de la famille dans son ensemble, pendant la période périnatale. La périnatalité n'est plus aujourd'hui qu'une question de femmes, mais bien d'un couple ou de co-parent. On retrouvera dans nos entretiens notamment des propos comme « *vivre notre accouchement* » ou « *on a accouché* », notamment car les pères se placent comme de véritable soutien. L'arrivée d'un enfant institutionnalise désormais la famille. Les pères peuvent également ressentir du stress, de l'anxiété et des préoccupations pendant cet événement de vie. Le soutien émotionnel d'une doula peut aider les pères à, eux-aussi, exprimer leurs émotions, à poser des questions et à partager leurs préoccupations. La doula endosse également un rôle de médiation dans le couple. L'implication des pères dans le parcours périnatal de leur compagne, peut les rendre plus informés et engagés dans le processus, renforçant ainsi leur confiance en tant que partenaires de soutien.

PARTIE 2 :
BIBLIOGRAPHIE
COMMENTÉE

Thème 1 : Evolution des structures familiales : un affaiblissement du soutien de la famille

➤ *Référence bibliographique 1*

Déchaux JH, Le Pape MC. Sociologie de la famille [Internet]. Paris: La Découverte; 2021. 128 p. (Repères; vol. 3e éd.). Disponible sur: <https://www.cairn.info/sociologie-de-la-famille--9782348064197.htm>

Le livre de Jean-Hugues Déchaux et de Marie-Clémence Le Pape viendra compléter l'ensemble de nos autres textes sur les mutations familiales. Notamment le chapitre II « La parentalité sous pression » et le chapitre IV « Entraide dans la parentèle et inégalités ». On percevra à travers ces lignes que dans notre société contemporaine, la grossesse est une période de préparation qui « renforce une construction identitaire de plus en plus précoce des individus comme parents ». [Jean Hugues Déchaux, 2021]. Également, que la famille n'est plus une forme universelle dans laquelle les relations sont menées par des normes statutaires, affiliées aux places de chacun dans la famille, mais qui repose désormais sur des normes relationnelles. Ainsi, l'affection apportée aux partenaires, aux enfants et aux parents reste un devoir. Il n'est pas concevable officiellement de ne pas les aimer. En revanche, plus on s'éloigne de ce cercle, plus les relations sont choisies, sur le critère de l'affection plus que du simple fait de l'appartenance à une même famille. La pluralité des acteurs familiaux pouvant apporter soutien et accompagnement au couple, dans cette phase de devenir jeunes parents, se retrouve potentiellement réduite dans cette conception de la famille contemporaine. Cependant, nous noterons à travers ces textes, que ces transformations sont variables selon la classe sociale d'appartenance, mais ont rendu l'aide des aînés moins systématiques.

➤ *Référence bibliographique 2*

De Singly F. Sociologie de la famille contemporaine [Internet]. Paris: Armand Colin; 2017. 128 p. (128; vol. 6e éd.). Disponible sur: <https://www.cairn.info/sociologie-de-la-famille-contemporaine--9782200618049.htm>

Le livre de Françoise De Singly, nous a permis de retracer les mutations familiales entre la famille traditionnelle et la famille contemporaine. En effet, on retrouve dans la famille contemporaine, la prédominance de l'affectif dans les relations familiales, l'individualisation progressive des membres de la famille et la baisse du taux de fécondité (2,9 enfants par femme en 1901 à 1,83 enfants par femme fin 2020). Ce livre nous a permis de comprendre à quel point les membres de la famille entendent développer et protéger leur individualité et comment l'enfant est devenu le nouvel élément qui institutionnalise la famille. Ainsi, on découvre que le projet parental est un projet individuel et conjugal conditionné par des contraintes sociales et des normes de « bonne maternité » ou de « bonne paternité » dans lequel il est nécessaire de maîtriser les conditions matérielles et familiales de la venue au monde d'un enfant. Complétée par l'article de Gaëlle Clavandier et Philippe Charrier, nous en concluons que la venue d'un enfant reste un événement attendu, préparé et communiqué aux proches néanmoins, elle est aussi une « opération de repli sur la sphère intime, lorsqu'il s'agit de préserver son quant à soi et son autonomie » (Gaëlle Clavandier et Philippe Charrier, 2015).

➤ *Référence bibliographique 3*

Vamos J, Egullion C. Avenir ou devenir des maternités ordinaires. De l'importance du temps et de la lutte contre la perte de l'environnement humain. Spirale. 2007;41(1):81-4.

Dans le même temps, cet article nous permet de délivrer quelques informations quant à l'impact de l'évolution de la famille sur l'accompagnement des femmes enceintes : en effet, dans la plupart des sociétés traditionnelles, la famille constitue un cadre permettant d'offrir un soutien aux femmes au moment de la naissance et dans leur entrée en tant que jeune parent. « Nos sociétés occidentales actuelles, qui favorisent de plus en plus l'épanouissement individuel, l'indépendance, l'autonomie, ont pour conséquence d'entraîner les individus à l'isolement, la solitude, et à l'absence de soutien par un groupe ou par la famille » (Vamos, Julianna, et Claude Egullion, 2007).

Thème 2 : Evolution sociale dans le champ de la périnatalité

A. Historique de l'accompagnement des femmes enceintes

➤ *Référence bibliographique 4*

Charrier P, Clavandier G. Sociologie de la naissance [Internet]. Paris: Armand Colin; 2013. 272 p. (Collection U). Disponible sur: <https://www.cairn.info/sociologie-de-la-naissance--9782200254513.htm>

Ouvrage relativement complet sur l'historicité de la naissance en France, Philippe Charrier et Gaëlle Clavandier nous ont permis de concevoir davantage les origines du métier de sage-femmes. Ainsi, avant les années 1950, les accouchements étaient menés par « les matrones » au sein des domiciles familiaux des femmes enceintes. Fortes de leurs expériences d'accouchées, les matrones possédaient de grandes qualités d'empathie envers les femmes qu'elles accompagnaient. Ces femmes réalisaient leurs activités à partir de leurs savoirs profanes de l'accouchement et de l'accompagnement des parturientes. L'émergence de compétences spécifiques et scientifiques, va mener à l'accumulation de connaissances visant à normaliser les pratiques et les interventions de l'obstétrique, en l'inscrivant dans une « science de la naissance par excellence ». La matrone devient ainsi la sage-femme, métier aux compétences médicales. Néanmoins, les auteurs nous apprennent également que depuis les années 90, on constate la mise en question de la technicisation de la naissance identifiable chez les professionnels, comme chez les femmes enceintes. Sur le modèle du Québec comme aux Etats-Unis, « la France met en œuvre des projets alternatifs placés sous le signe d'un accompagnement “plus doux” et placé comme “plus proche de la physiologie” ».

➤ *Référence bibliographique 5*

Riazuelo H. 35 grandes notions de Périnatalité. Approche clinique et psychopathologique [Internet]. Paris: Dunod; 2017. 270 p. (Les grandes notions de la psychologie). Disponible sur: <https://www.cairn.info/35-grandes-notions-de-perinatalite--9782100753987.htm>

Le chapitre 1 de l'auteur, à travers la déclinaison de l'historique de la place de la femme enceinte à travers les siècles, nous permettra globalement de percevoir la séparation progressive du trinôme sexualité, procréation et conjugalité avec notamment une perception de la sexualité et de la maternité nouvelle grâce à l'émergence du libre choix. « Ce Libre choix » sera pour notre étude, une idée importante dans laquelle faire appel à une doula pour nous accompagner, relève d'un choix, d'une décision. De plus, dans son chapitre 2, Riazuelo Hélène abordera un point saillant dans son étude psychanalytique des futurs parents : la parentalité n'est pas un acquis, c'est un processus de réflexion et d'imagination basée sur la volonté d'enfanter, de concevoir et imaginer l'environnement de l'enfant à naître. D'autant plus lors de la grossesse, les représentations mentales des individus vont leur permettre d'accepter progressivement et de se préparer psychiquement aux rôles qu'ils vont devoir supporter : celui de père et de mère.

➤ *Référence bibliographique 6*

Association Doulas de France [Internet]. [cité 31 janv 2024]. Une doula c'est quoi ? Disponible sur: <https://doulas.info/une-doula-cest-quoi/>

Pour la première fois, en France, en 2003, à l'initiative de Viviane Lemagire Dubreuil, un groupe de femmes ayant des métiers et des activités différentes se réunissaient pour parler de l'accompagnement non-médical à la naissance. Ce groupe était constitué de doulas venant d'autres pays, d'une sophrologue, d'une haptonomie, de mamans, etc. L'accompagnement non-médical sera pratiqué par les doulas à la suite de ces réunions, pour accompagner les femmes enceintes, à la naissance de leur bébé. Plusieurs femmes de ce groupe sont à l'initiative d'associations notamment : ALNA (Accompagnante à la naissance) créé en 2003, ou encore l'association Doulas de France créée en février 2006, par le regroupement de huit femmes. Au sein de ces différentes associations, il existe des différences, mais l'objectif et le mode d'exercice reste le même. Ces associations, ayant un code de déontologie ou une charte, s'engagent à ne pas proposer des pratiques qui soient considérées officiellement comme de la médecine et garantissent un secret professionnel et une neutralité dans leur activité.

B. Les évolutions du métier de sage-femme : un tremplin pour l'émergence des doulas en France

➤ *Référence bibliographique 7*

France D de. Association Doulas de France. 2007 [cité 25 janv 2024]. Doula ou pas doula ? Point de vue d'une sage-femme. Disponible sur: <https://doulas.info/doula-ou-pas-doula-point-de-vue-dune-sage-femme/>

L'article de Chantal Birman nous donnera un premier point introductif sur la conception de notre entretien exploratoire avec notre sage-femme dans la conception de notre mémoire. En effet, cette sage-femme émet ses inquiétudes sur la profession de doula et sur les raisons de l'émergence du métier en France. En évoquant premièrement que les doulas se sont introduites à la suite de la grève de 2001 des sage-femmes pour de revendications de conditions d'exercices défavorables, les doulas auraient émergé en réponse « rustine » selon l'auteur, à la crise d'une autre profession : celle des sage-femmes. La fonction d'accompagnement étant un versant du

métier de sage-femmes, il est compréhensible qu'un ressentiment de concurrence puisse être ressenti. Au regard de l'auteur, les doulas ont le mérite d'avoir mis en lumière le sentiment d'abandon des parturientes, mais elle met cependant en garde quant aux possibles dérives du métier. En effet, l'exécution de pratique médicale illégale serait ainsi dangereuse.

➤ *Référence bibliographique 8*

Knibiehler Y. Chapitre 9. Déceptions et espérances. In: Accoucher [Internet]. Rennes: Presses de l'EHESP; 2016 [cité 24 janv 2024]. p. 163-78. (Métiers Santé Social; vol. 2e éd.). Disponible sur: <https://www.cairn.info/accoucher--9782810904488-p-163.htm>

Le chapitre de Mme Yvonne Knibiehler dans son livre « Accoucher », nous permet de comprendre les impacts sur le métier de sage-femme suite aux diverses restructurations menées depuis 1975. D'abord, on constate une « hyper-industrialisation de la naissance » avec notamment une fermeture de près de la moitié des maternités, une diminution des tâches effectuées dans la pratique libérale notamment dans le choix de nombreuses sage-femmes de ne pas participer aux étapes d'accouchements, mais également une revalorisation de certains actes comme les séances de préparation à l'accouchement, les suites de couches ou actes obstétricaux. L'auteur introduit également certains plans de périnatalité et leurs objectifs permettant de démontrer les restructurations à venir et l'implication plus accrue de l'État dans ces changements. Ce chapitre nous apportera également un élément important dans l'implication des femmes comme actrices de leur parcours de soins en périnatalité notamment en détaillant le contenu de la loi Kouchner du 4 mars 2003.

➤ *Référence bibliographique 9*

Vamos J, Egullion C. Avenir ou devenir des maternités ordinaires. De l'importance du temps et de la lutte contre la perte de l'environnement humain. Spirale. 2007;41(1):81-4.

Cet article relève un défi que les maternités de type 1 doivent désormais affronter et prendre en considération : les individus ont un besoin plus accru d'accompagnement dans leurs parcours vers la parentalité alors que les maternités de type 1 subissent des mutations considérables comme le manque de moyens humains ou encore une nécessaire course à la rentabilité. L'accueil d'un nouvel enfant dans le foyer est incontestablement un ébranlement psychique inévitable et doit nécessiter un accompagnement suffisant pour permettre à la mère de s'attacher « correctement » à son futur bébé. Il n'est plus question ici de faire valoir une technicité de la naissance, mais bien une disponibilité suffisante dans l'accompagnement et la réponse aux attentes des parents à en devenir.

➤ *Référence bibliographique 10*

Nau JY. La naissance des « doulas » au sein de l'obstétrique (3). Rev Med Suisse. 16 juill 2008;165(27):1683-1683.

Partie 3 : Le texte offre une analyse exhaustive des facteurs contribuant à l'émergence et à la popularité des doulas dans le contexte moderne de la gynécologie-obstétrique. Il met en évidence l'isolement social et familial croissant des femmes comme un élément clé, les incitant

à chercher un soutien personnalisé, notamment durant la grossesse et l'accouchement. Le texte aborde également les changements dans l'offre de soins périnataux, tels que la centralisation des accouchements et l'évolution des rôles des sage-femmes, qui ont créé un besoin de soutien continu exprimé par les femmes enceintes. De plus, la sortie rapide de la maternité, laissant les nouvelles mères seules face à des défis postnataux, renforce ce besoin. Ces aspects, combinés à une réflexion sur les tensions entre les désirs des femmes et les impératifs médicaux, ainsi que sur la reconnaissance de la profession de doula, rendent ce document extrêmement pertinent. Il offre une perspective multidimensionnelle qui éclaire les raisons pour lesquelles certaines femmes choisissent de faire appel à des doulas. Il fournit un contexte riche en informations sur les besoins spécifiques des femmes enceintes et des nouvelles mères. Cette analyse approfondie nous permet de mieux comprendre et de contextualiser les motivations derrière le recours aux doulas, enrichissant ainsi notre étude sur ce phénomène.

C. Les politiques publiques familiales comme élément d'influence dans les parcours de soin en périnatalité

➤ *Référence bibliographique 11*

La politique de périnatalité | Cour des comptes [Internet]. [cité 31 janv 2024]. Disponible sur: <https://www.ccomptes.fr/fr/media/1327>

La Cour des comptes a publié un compte-rendu qui contextualise la politique périnatale. On retrouve plusieurs thématiques comme les constats sanitaires sur la périnatalité, la sécurisation des naissances, les recrutements, les contraintes démographiques ou encore la prévention de la périnatalité. Ce qui nous a intéressées dans cet article, ce sont les plans de périnatalité permettant de comprendre les évolutions du secteur et les stratégies mises en place.

Avec l'implication progressive de l'État dans les politiques familiales, on comptabilise au total trois plans d'intervention consacrés à la périnatalité depuis les années 1970. L'objectif de ses plans est de garantir une sécurité pour la mère et l'enfant lors de la naissance avec la mise en œuvre de normes précises de fonctionnement et une restructuration de l'offre obstétrical-pédiatrique.

→ Le premier plan de périnatalité mis en place entre les années 1970 et 1976 comporte deux axes : le passage obligatoire de quatre consultations dans le parcours de soins en périnatalité à des périodes clé et la mise en œuvre de l'amélioration des équipements techniques dans les maternités dans le but de renforcer la protection des naissances. Les années 70 seront également marquées par l'instauration du dépistage obligatoire de la toxoplasmose, de la rubéole, de l'iso-immunisation fœto-maternelle et d'une prise en charge à 100 % des frais médicaux pour les femmes enceintes, à partir du 6^{ème} mois.

→ Le deuxième plan a été mis en œuvre entre 1995 et 2000. Deux initiatives clé de ce plan sont l'élaboration de normes de sécurité minimales et la création d'un réseau de soins coordonnés à plusieurs niveaux, visant à associer chaque patient à un établissement approprié à son niveau de soins.

→ Le dernier plan a été établi entre les années 2000 et 2005, celui-ci a été présenté après la loi du 9 août 2004 sur la politique de santé publique qui fixe les objectifs. Ce plan reprend plusieurs

objectifs, notamment la réduction de la mortalité périnatale et la mortalité maternelle. De plus, ce plan prévoit la modernisation des maternités au plus tard en 2006. Il souligne cependant, la nécessité de parachever cette modernisation en renforçant la proximité, notamment dans le développement des réseaux de proximité ou encore le renforcement des réseaux inter-établissements. Deux mesures assez générales sont appliquées : l'une est la mise en place de la quatrième consultation mensuelle pour améliorer l'information sur la grossesse et l'accouchement, puis de sensibiliser aux situations difficiles. Le but étant de prévenir, sensibiliser et accompagner les personnes au fil de leur parcours périnatal.

➤ *Référence bibliographique 12*

Memmi D. Une discrète naturalisation de la maternité : le for intérieur féminin face aux aléas de la reproduction. *Sociologie*. 2016;7(4): 413-22.

Ce texte offre une analyse de l'évolution des attitudes et des politiques relatives à la maternité et à la reproduction depuis le milieu du XXe siècle. On retrouve dans ces évolutions une reconnaissance plus accrue de la parole et de la subjectivité féminine, couvrant des avancées sociétales tels que l'avortement, la contraception, la procréation médicalement assistée, et les changements de sexe, illustrant la « naturalisation » de la vocation féminine à la maternité. L'auteur met l'accent sur l'importance croissante du « for intérieur » des femmes, en particulier dans les domaines de la grossesse et de la maternité, reflétant ainsi une évolution dans la façon dont la société et le système médical abordent la reproduction féminine. Cette perspective nous donne un cadre historique et sociologique pour comprendre pourquoi certaines femmes cherchent un soutien personnalisé comme celui offert par les doulas. La transition vers une approche plus centrée sur la femme et ses expériences subjectives dans la maternité correspond étroitement à l'accompagnement personnalisé proposé par les doulas. Ainsi, ce texte nous donne des éléments de réponses sur les raisons d'un recours à des soutiens qui valorisent l'expérience individuelle et les sentiments des personnes concernées, soulignant l'importance et la pertinence des doulas dans le parcours périnatal contemporain.

Thème 3 : L'émergence d'une profession de doula

A. La nécessité d'un accompagnement continu pour les femmes enceintes

➤ *Référence bibliographique 13*

« Effets du soutien social pendant l'accouchement sur la morbidité maternelle et infantile » (1986), par Marshall Klaus, John Kennell, Steven Robertson et Roberto Sosa | Embryo Project Encyclopedia [Internet]. [cité 31 janv 2024]. Disponible sur: <https://embryo.asu.edu/pages/effects-social-support-during-parturition-maternal-and-infant-morbidity-1986-marshall-klaus>

Marshall Klaus et John Kennell ont réalisé les premières études scientifiques sur les effets de la présence des doulas pendant l'accouchement de la femme. Le terme doula à trouver une autre

signification, celle d'être présente également pendant le travail, la grossesse et le post-partum. Cette étude s'insère comme œuvre historique de la profession. Les auteurs démontrent les bénéfices de la présence d'un compagnon de soutien pour la personne en accouchement tout en mettant en lumière la création du lien mère-enfant. Les principaux résultats observés dans la présence d'une figure maternelle sont la réduction du temps de travail pendant l'accouchement. Les auteurs concluent par ailleurs que les doulas réduisent le stress chez les femmes qu'elles accompagnent, ce qui réduit les effets secondaires provoqués par l'émotion (durée de travail, complications, santé de l'enfant).

B. Comprendre le métier de doula

➤ *Référence bibliographique 14*

Douglas, le documentaire (Complet) [Internet]. 2023 [cité 31 janv 2024]. Disponible sur: <https://www.youtube.com/watch?v=TfNIOXcTAYk>

Ce documentaire nous a permis, en phase de recherche exploratoire, d'avoir des premiers témoignages de femmes ayant eu recours à une doula. Mais également d'avoir les perceptions d'un infirmier et d'un gynécologue sur l'émergence du métier dans la périnatalité. Les clientes enquêtées nous expliquent les complications de leurs grossesses et de leurs accouchements. Dans leurs explications, ces femmes donnent quelques réponses quant à leurs raisons sur le recours à une doula et ce que cela a pu leur apporter. Maurice Zilliox, infirmier de formation et directeur des soins de la fonction publique hospitalière, nous donne sa vision de l'accompagnement des parturientes à l'hôpital. Il explique « le métier de sage-femme en milieu hospitalier est un métier normé puisqu'on est au confins de la pratique médicale. La sage-femme est une professionnelle formée. C'est une professionnelle qui va suivre la grossesse, l'accouchement, mais elle approchera peut-être, je pense, les choses de manière très technique. On ne marche pas sur les mêmes plates-bandes (avec les doulas). On est complémentaire et ça dans le domaine de la santé, c'est extrêmement difficile ».

➤ *Référence bibliographique 15*

France D de. Association Doulas de France. 2008 [cité 25 janv 2024]. Les Doulas : une profession émergente ? Disponible sur: <https://doulas.info/les-doulas-une-profession-emergente/>

Le site Doulas de France nous a permis d'être informées sur le public, sur le rôle des doulas, les différents services mis en place pour les parents, partager des informations sur la formation des doulas grâce aux contenus liés à l'activité des doulas. De plus, nous étions au courant des événements, de l'actualité et des différentes ressources liées à la profession de doula.

➤ *Référence bibliographique 16*

08-04 Les doulas : une profession émergente ? – Académie nationale de médecine | Une institution dans son temps [Internet]. [cité 31 janv 2024]. Disponible sur: <https://www.academie-medecine.fr/08-04-les-doulas-une-profession-emergente/>

L'académie nationale de la médecine a établi un rapport concernant les doulas sur l'émergence de ce métier. Dans ce rapport, on y retrouve plusieurs thématiques sur les doulas : les objectifs, l'histoire du métier, les différentes associations associées aux doulas, les formations proposées pour devenir doula, le plan juridique et les potentielles dérives. En effet, même si les doulas ont pour intérêt d'informer sans pour autant influencer la femme accompagnée, en gardant une certaine neutralité, les doulas détiennent un certain pouvoir auprès des femmes notamment grâce à leur proximité avec les parturientes. Ce pouvoir pourrait avoir une influence sur les femmes les plus fragiles et les plus vulnérables pendant cette période qui est une épreuve psychologique et émotionnelle. À titre d'exemple, des jeunes femmes recherchent souvent l'approbation de leur « Doula » avant d'accepter une intervention nécessaire. Ou encore, il est cité que les doulas, exerçant dans une approche médicale plus que de soutien, pourrait mal interpréter certains signes cliniques de la femme enceinte alors qu'une hospitalisation est fortement conseillée. L'Académie Nationale de médecine met avant plusieurs recommandations pour maintenir l'équilibre entre soutien psychologique et sécurité de la femme.

➤ *Référence bibliographique 17*

Paramanadoula - Michel Odent & Liliana Lammers [Internet]. [cité 31 janv 2024]. Disponible sur: <https://jamaril.com/paramanadoula>

Le site PARAMANADOULA nous a permis de voir qu'il y avait de nombreuses formations autour du métier de doula. Le Dr Michel Odent et Liliana Lammers, doula de profession à Londres, proposent une formation sur le métier des doulas, se déroulant sur trois jours en visioconférence. Au sein de cette formation, plusieurs thématiques seront abordées telles que la physiologie de la naissance, les échographies, la nutrition durant la grossesse, la médicalisation de la grossesse, etc.

➤ *Références bibliographiques 18*

Nau JY. La naissance des «doulas» au sein de l'obstétrique (1). Rev Med Suisse. 25 juin 2008;163(25):1579-1579.

Nau JY. La naissance des «doulas» au sein de l'obstétrique (2). Rev Med Suisse. 2 juill 2008;164(26):1627-1627.

Partie 1 : Ce texte offre un aperçu historique et sociétal de l'émergence des doulas, reflétant un changement dans les attentes et les besoins des femmes enceintes. Le terme « doula », d'origine grecque, désigne une personne offrant un soutien non-médical pendant la grossesse, l'accouchement et le post-partum. Les doulas sont formées sur des bases empiriques et pluridisciplinaires telles que l'anatomie, la physiologie et la nutrition. Leur implication contribue à améliorer l'expérience périnatale des femmes accompagnées avec notamment une durée du temps de travail plus courte, une réduction de l'usage de médicaments et des taux de césarienne plus bas. Cette efficacité, associée à leur engagement envers un cadre éthique strict et une pratique en complémentarité avec le suivi médical, met en lumière leur rôle croissant comme soutien émotionnel et logistique pour les femmes enceintes. De plus, les diversités régionales sur le rôle et l'acceptation des doulas enrichissent notre compréhension des

influences culturelles et systémiques sur les choix des femmes dans leur parcours en périnatalité. Cela nous offre aussi une perspective critique sur la légitimité et l'intégration des doulas dans le parcours périnatal.

Partie 2 : Ce texte offre une exploration détaillée du rôle des doulas dans l'accompagnement périnatal. En effet, les doulas se distinguent par leur approche non-médicale, centrée sur le soutien continu, l'information, et le réconfort. Elles utilisent des techniques comme la relaxation, les massages, et la respiration pour atténuer la douleur. Leur disponibilité et leur capacité, à établir un projet de naissance personnalisé avec les parents sous-tend une place privilégiée dans le parcours périnatal. En parallèle, le texte met en lumière l'évolution des structures familiales et sociales, expliquant ainsi l'augmentation de la demande pour ces services spécialisés, surtout dans un contexte où le soutien familial traditionnel peut être moins accessible. De plus, la discussion sur les aspects financiers et légaux, notamment le fait que leurs services ne sont pas couverts par la sécurité sociale en France, reflète les défis et les limites auxquels les femmes peuvent être confrontées lorsqu'elles choisissent une doula. Cette analyse approfondie permet de comprendre non seulement le rôle des doulas en tant que profession distincte et complémentaire à l'obstétrique traditionnelle, mais aussi les motivations personnelles, sociales et économiques qui influencent les femmes enceintes à opter pour un tel accompagnement.

Thème 4 : Des éléments de réponses sur les raisons des recours à des pratiques alternatives

➤ *Référence bibliographique 19*

Pruvost G. « Le monde de la naissance alternative est une constellation d'associations ». L'école des parents. 2023;648(3):51-3.

La sociologue nous donne des premiers éléments de réponse pour notre question de recherche à travers cette retranscription d'entretiens. En effet, selon Geneviève Pruvost et son interlocutrice, le recours à des modèles alternatifs dans la mise au monde d'un enfant relève de raisons diverses. Il peut s'agir en effet, de décisions à la suite de traumatismes par des violences obstétricales, le souhait d'une naissance plus respectée et plus physiologique, voire écologique, soutenue par des techniques douces ou encore pour des raisons religieuses dans le souhait de voir naître son enfant dans la sphère intime. Mais néanmoins, elles relèvent aussi l'importance de ne pas négliger l'influence du bouche-à-oreille, la réputation positive des pratiques ou des professionnels qui les réalisent. Recourir à une pratique alternative aspire « à un mieux-être médical et social » pour les parturientes. Enfin, la notion d'empowerment de la femme accompagnée est souvent perçue comme un objectif, et même un devoir pour les professionnels qui proposent ces pratiques. Ces éléments resteront des points de départ probants pour la réalisation de notre mémoire.

➤ *Référence bibliographique 20*

Enquête nationale périnatale 2021 [Internet]. [cité 31 janv 2024]. Disponible sur: <https://www.santepubliquefrance.fr/etudes-et-enquetes/enquete-nationale-perinatale-2021>

L'enquête nationale périnatale de 2021 offre de précieux éléments permettant de comprendre pourquoi certaines femmes se tournent vers les doulas pendant leur parcours périnatal. Cette étude révèle des tendances telles que l'augmentation de l'âge maternel indiquant un besoin accru de soutien personnalisé pendant la grossesse, un domaine où les doulas peuvent jouer un rôle crucial. Malgré l'augmentation d'entretiens prénataux de plus, en plus précoce, le faible taux de projets de naissance suggère une opportunité pour les doulas d'offrir un accompagnement dans la préparation à l'accouchement. L'augmentation des consultations pour des difficultés psychologiques pendant la grossesse souligne le besoin de soutien émotionnel et psychologique, un domaine où les doulas excellent. Les pratiques médicales évoluant vers des accouchements moins médicalisés correspondent aux préférences des femmes choisissant des doulas pour un accouchement plus naturel. L'enquête porte une attention particulière sur le contact de peau à peau entre la mère et l'enfant après l'accouchement, mais montre également que le taux d'allaitement maternel n'a que peu augmenté. Les doulas, en fournissant un soutien et des conseils sur l'allaitement, peuvent jouer un rôle important en postnatal. Ainsi, l'enquête de 2021 démontre plusieurs domaines clé où les doulas peuvent apporter une contribution significative, alignée sur les besoins et préférences individuels des femmes enceintes et des nouvelles mères.

Thème 5 : Base méthodologique de conception du mémoire

➤ *Référence bibliographique 21*

Mailliot M. Faut-il avoir peur des doulas ? [Internet] [other]. Université de Lorraine; 2013 [cité 25 janv 2024]. p. 79. Disponible sur: <https://hal.univ-lorraine.fr/hal-01867898>

Le mémoire de Marie Mailliot de l'université de Lorraine, nous a permis de nous donner un grand ordre d'idées contextuelles quant aux évolutions de l'accompagnement des femmes enceintes et jeunes parents. Passant ainsi de l'accompagnement réduit principalement à la sphère familiale aux évolutions médicales de la naissance. Ces écrits nous ont permis d'orienter nos recherches documentaires dans notre prise d'information et de construction de notre mémoire. Les quelques hypothèses concernant les raisons pouvant amener les femmes à recourir à une doula, nous ont permis de construire nos propres hypothèses complétées avec le reste de nos recherches documentaires personnelles. La méthode de présentation et de conception du mémoire nous a par ailleurs été très utile pour concevoir la forme de notre mémoire et l'agencement de nos idées.

➤ *Référence bibliographique 21*

Ricordeau P. Rédiger un article scientifique : tout pour être lu ! Recherche Google [Internet]. [cité 31 janv 2024]. Disponible sur: <https://www.google.com/search?q=r%C3%A9diger+un+article+scientifique+tout+faire+pour>

Cet article sera une base incontournable dans la présentation et dans la construction de notre article scientifique pour ce mémoire. On retrouve une explication détaillée de la construction

d'un plan Imrad ou Imred, en français. Nous avons également pu à partir de cet article, déterminer les éléments essentiels qui devaient apparaître dans le résumé de notre méthodologie de manière concise et claire.

PARTIE 3 :
MATERIAU DOCUMENTAIRE

Sous-partie 1 : Guides d'entretiens et retranscriptions des entretiens à usage exploratoire

I. Guides d'entretiens à usage exploratoire

A. *Guide d'entretien « sage-femme »*

1. Présentation de l'enquêté :

- Quelle est votre profession ?
- Depuis combien de temps exercez-vous votre métier ?
- Où exercez-vous votre métier ?

2. Activité de sage-femme :

- À qui proposez-vous un accompagnement en tant que sage-femme à la maternité ? (Femmes enceintes, jeunes mères ?)
- Quels types d'accompagnement proposez-vous en tant que sage-femme à la maternité ?

3. Connaissance de l'activité de doula :

- Connaissez-vous l'activité de « doula » ?
Si oui, comment avez-vous eu connaissance de l'existence des doulas ?
- Avez-vous déjà rencontré des doulas ?
- Que pensez-vous du rôle d'une doula ?
- Selon-vous, qu'est-ce que peut apporter une doula que n'apporte pas une sage-femme ?
- Avez-vous déjà travaillé avec des doulas ?
Si oui, dans quel contexte ce binôme s'est-il constitué ?
- Savez-vous si des doulas interviennent sur votre secteur ?
- Pensez-vous qu'une concurrence peut s'installer entre les sage-femmes et les doulas ?

4. Orientation des patientes vers les doulas :

- Recevez-vous des patientes souhaitant avoir un accompagnement de leurs grossesses d'une manière plus personnalisée ?
Si oui, êtes-vous en capacité de répondre à leurs demandes ?
- Avez-vous déjà rencontré des patientes souhaitant recourir aux doulas ?
- Avez-vous déjà eu des retours de patientes ayant déjà eu recours à une doula ?

B. Guide d'entretien « doula »

1. Présentation de l'enquêté :

- Avez-vous déjà eu des retours de patientes ayant déjà eu recours à une doula ?
- Présentation de l'enquêté
- Quelle est votre profession ?
- Quel est votre parcours professionnel ?
- Le métier de doula est-il votre activité principale ?
Si non, quelle est votre seconde activité ?
- Considérez-vous votre activité comme un métier ?

- Avez-vous déjà eu des retours de patientes ayant déjà eu recours à une doula ?
- Présentation de l'enquêté
- Quelle est votre profession ?
- Quel est votre parcours professionnel ?
- Le métier de doula est-il votre activité principale ?
Si non, quelle est votre seconde activité ?
- Considérez-vous votre activité comme un métier ?

2. Formations :

- Quelles formations avez-vous suivies pour exercer en tant que doula ?
- Quel est le contenu de la formation que vous avez suivie ?
- Combien de temps dure cette formation ?

3. Activité de doula :

- Pouvez-vous me donner une description de votre activité de doula ?
- Pouvez-vous me décrire une journée type de votre activité ?
- Où exercez-vous votre activité ?
- Depuis combien de temps exercez-vous ce métier ou cette activité ?
- Quelles sont les raisons qui vous ont poussé à devenir doula ?
- Est-ce que votre prise en charge permet, à elle seule, de favoriser le bon déroulement d'une grossesse ou d'un accouchement ?
- Existe-t-il une pratique commune chez les doulas ou chaque personne fait à sa manière ?

4. Relations avec les femmes accompagnées :

- Selon-vous, pourquoi les patientes se tournent-elles vers une doula ?
- De quelles manières formez-vous votre réseau de patientes ? (Démarchage, publicité...)
- Quelle est la durée moyenne de prise en charge d'une patiente à vos côtés ?
- Est-il possible de me donner un ordre d'idée des tarifs que vous appliquez ?

C. Guide d'entretien « médecin généraliste ayant une formation en gynécologie »

1. Présentation de l'enquêté :

- Quelle est votre profession ?
- Depuis combien de temps exercez-vous votre métier ?
- Où exercez-vous votre métier ?

5. Connaissance de l'activité de doula :

- Connaissez-vous l'activité de « doula » ?
Si oui, comment avez-vous eu connaissance de l'existence des doulas ?
- Avez-vous déjà rencontré des doulas ?
- Avez-vous déjà travaillé avec des doulas ?
Si oui, dans quel cadre ?
- Que pensez-vous du rôle d'une doula ?

6. Orientation des patientes vers les doulas :

- Avez-vous déjà rencontré des patientes souhaitant recourir aux doulas ?
- Recevez-vous des patientes souhaitant avoir un accompagnement de leurs grossesses d'une manière plus personnalisée ?
Si oui, vers quels types de professionnels les orientez-vous ? (Doulas ou autres)
- Avez-vous remarqué une augmentation des demandes d'accompagnement à domicile chez vos patientes ?
Si oui, pour quelles raisons ?
- Avez-vous déjà eu des retours de patientes ayant déjà eu recours à une doula ?

1. Présentation de l'enquêté :

- Quel est votre âge ?
- Quelle est votre profession ?
- Où habitez-vous ?
- Combien avez-vous d'enfants ?

2. Les raisons du recours à une doula :

➤ Modalités de recours :

- Comment avez-vous eu connaissance de l'existence des doulas ?
- De quelle manière avez-vous trouvé votre doula ?
- Qui vous a orienté vers une doula ?
- Sur quels critères avez-vous choisi votre doula ?

➤ Raisons du recours :

- Avez-vous eu recours à une doula pour chacune de vos grossesses ?
- Quelles sont les raisons qui vous ont conduite à recourir à une doula ? / Pourquoi avez-vous eu recours à une doula ?
- Quelles attentes aviez-vous envers la doula avant le début de l'accompagnement ?

3. L'accompagnement d'une doula :

- À quel moment de votre parcours, l'accompagnement de la doula est-il intervenu ?
- Pendant combien de séances, la doula vous a-t-elle accompagné ?
- Les séances se passaient-elles à votre domicile ?
Si non, où se passaient-elles ?
- Quel a été le rôle de la doula au cours de votre parcours ?
- La doula était-elle présente à l'accouchement ?
Si oui, pour quelles raisons ?
Si non, pourquoi ?
- Que s'est-il passé pendant vos séances ? Qu'est-ce que la doula vous propose ou vous a proposé ?
- Est-ce que la doula vous accompagne exclusivement ou est-elle également présente pour votre mari/conjoint ?
- Qu'est-ce qu'une doula vous apporte de plus que votre entourage (les proches, la famille, etc.) ?

4. Financement/budget :

- Existe-t-il des aides financières pour recourir à une doula ?
- À combien est estimé le coût de cet accompagnement ?

5. Autres accompagnements :

- Étiez-vous suivi par d'autres professionnels lors de votre grossesse, de l'accouchement ?
Si oui, comment cet accompagnement s'est-il passé ? (Réactions)

6. Retour sur l'accompagnement/les services :

- Êtes-vous satisfaite des services fournis par la doula ?
- Avez-vous perçu un écart entre vos attentes et la réalité de la prestation ?
- Conseilleriez-vous cet accompagnement à votre entourage ?

II. Retranscriptions des entretiens à usage exploratoire

A. *Retranscription de l'entretien avec la sage-femme (1)*

Enquêteur : « Quelle est votre profession ? »

Enquêtée 1 : « Je suis sage-femme euh à l'hôpital. »

Enquêteur : « Ok, depuis combien de temps exercez-vous votre métier ? »

Enquêtée 1 : « Euh, j'exerce depuis le mois de juillet de cette année, je suis diplômée de cette année en fait donc euh, c'est ma première année en tant que sage-femme diplômée. Donc ça fait un peu moins de six mois que j'exerce. »

Enquêteur : « Combien de temps d'étude ? »

Enquêtée 1 : « 5 ans, y'a la première année de commune aux études de santé qu'on appelait avant la « PACES » maintenant ça a changé. Et à l'époque, quand c'était la PACES du coup, c'est le concours qui est commun pour faire médecine pharmacien kiné dentiste et sage-femme. Donc voilà moi, j'avais passé le concours, sage-femme donc une fois qu'on a le concours c'est 4 ans d'étude derrière et maintenant ça va passer 5 ans d'études après le concours donc en tout 6 ans d'étude. Donc, au lieu d'avoir un master, on aura niveau doctorat. »

Enquêteur : « Ah oui, d'accord, je ne savais pas... Où exercez-vous votre métier ? »

Enquêtée 1 : « J'exerce à [nom de ville] depuis que je suis diplômée. »

Enquêteur : « Ok, à qui proposez-vous un accompagnement en tant que sage-femme à la maternité ? »

Enquêtée 1 : « Ben à tout type de femme en fait vu que la maternité est reliée aux urgences gynécologiques aussi, on accueille ben les femmes enceintes, euh... mais également les femmes qui ont des problèmes gynéco donc qui ne sont pas du tout enceinte donc ça va de tout âge. On a des personnes âgées qui sont ménopausées comme on a des jeunes filles prépubères. On a également un centre d'IVG donc on accueille des femmes en âge de procréer, qui sont enceintes, mais qui ne veulent pas garder la grossesse. On accueille également un centre de santé sexuelle le CSS, l'ancien centre de planification familiale qui en gros conseille les jeunes, les mineurs notamment, prescrit la contraception aux mineurs les conseille, etc. On intervient du coup aussi dans les écoles dans ce cadre-là. Et puis la maternité pour les femmes enceintes particulièrement quoi. »

Enquêteur : « Et du coup vous vous avez affaire à toutes ces personnes-là ? »

Enquêtée 1 : « Alors y'a une sage-femme qui est en salle de naissance et aux urgences donc oui en salle de naissance, on a les femmes enceintes qui viennent d'accoucher, etc. Et aux urgences gynécologiques, on a tous types de femmes, tous types d'urgence en fait, ça peut être des fausses-couches par exemple, des dames qui viennent pour des douleurs de ventre, des douleurs abdominales, des saignements, etc. C'est vraiment des, des motifs de consultations qui sont très variés avec une population qui est très variée également et de tout type d'âge. En maternité, ça va être les femmes qui vont accoucher, mais également les femmes qui ont été

opérées, donc du coup comme on est un petit centre, on regroupe tout dans le même service. Donc les femmes qui sont opérées, mais pour des motifs gynécologiques et pas obstétricaux, on les accueille également en maternité en post-opératoire. Il y a également le centre d'IVG. On fait de la préparation à la naissance, des consultations gynécologiques et les consultations de grossesse aussi, la rééducation du périnée, les IVG, c'est vraiment très varié comme activité.

»

Enquêteur : « Ok, du coup ça va rejoindre la question suivante, quels types d'accompagnement proposez-vous en tant que sage-femme à la maternité ? »

Enquêtée 1 : « Alors moi, je suis sage-femme qui fait exclusivement des gardes, c'est-à-dire que je travaille en 12h, je fais des jours, je fais des nuits. Donc je travaille juste en salle de naissance et en maternité. Je fais des urgences gynécologiques etc., donc on accueille tous types de patientes pour les urgences et également les femmes enceintes qui viennent d'accoucher ou les femmes enceintes qui viennent consulter pour des motifs d'urgence qui peuvent être divers et variés. Et en maternité, on accueille les femmes qui viennent d'accoucher et en post-opératoire. Ça, c'est principalement l'activité que je pratique et sinon il y a plusieurs sage-femmes qui font des consultations gynécologiques, obstétricales, qui font vraiment aussi sur des motifs variés. Y'a des sage-femmes qui font des échographies aussi. Y'a des médecins aussi gynéco qui pratiquent également les échos. Je parle pour les sage-femmes parce que c'est plus que ce que je connais précisément et le centre d'IVG en bas également avec le CSS pour les jeunes filles mineures qui, qui ont des questions, qui souhaitent avoir des contraceptions, etc. »

Enquêteur : « Ok, maintenant, on va changer de sujet... est-ce que vous connaissez l'activité de doula ? »

Enquêtée 1 : « Vaguement, j'en ai entendu parler pendant mes études principalement euh, je sais ce que ce sont des femmes, des hommes, je pense que c'est principalement des femmes, qui euh, qui proposent un accompagnement pendant la grossesse à une population de patientes qui sont intéressées et qui peuvent avoir des conseils sur la gestion de la douleur, etc., pendant l'accouchement. Mais en tout cas, c'est pas des personnes qui ont une formation médicale sur l'accompagnement de la grossesse et de l'accouchement en tout cas. »

Enquêteur : « Ok, est-ce que vous en avez déjà rencontré ? »

Enquêtée 1 : « Non jamais. »

Enquêteur : « Qu'est-ce que vous pensez du rôle d'une doula ? »

Enquêtée 1 : « Alors, je pense que ça peut être un atout pour certaines patientes dans le sens où des fois nous, on n'a pas le temps de rester avec les patientes qui par exemple n'ont pas de péridurale, etc., on n'a pas le temps d'avoir un accompagnement personnalisé comme euh, y'a un mouvement en ce moment qui dit 1 femme 1 sage-femme, dans la réalité des faits c'est pas possible. On a souvent deux dames en salle de naissance en même temps, on a également les urgences gynéco à assurer à côté parce que ben le week-end on est tout seul, etc., la nuit aussi. Donc c'est pas toujours simple on est toute seule en salle de naissance, on a les internes qui sont là que la journée donc j'avoue qu'on ne peut pas tout le temps rester auprès de la patiente, l'accompagner, etc. Donc c'est là que la doula peut prendre le relais sur euh, ben la gestion de la douleur, proposer des alternatives, etc., un accompagnement plus personnalisé dans le sens où souvent les doulas connaissent les patientes d'avant, c'est-à-dire qu'elles se voient pendant

la grossesse, elles se connaissent. Elles apprennent à se côtoyer, etc., donc c'est plus facile de, d'avoir une tête familière en plus de son conjoint. Dans cette pratique-là je pense que c'est intéressant. »

Enquêteur : « Ok, selon-vous, qu'est-ce que peut apporter une doula que n'apporte pas une sage-femme ? »

Enquêtée 1 : « Je partirais comme je disais là, ce serait sur l'accompagnement qui serait personnalisé quand on n'a pas le temps. Mise à part ça comme je disais les doulas n'ont pas de formation médicale, la pratique de l'accouchement elles n'ont pas le droit de le faire, c'est plus dans l'accompagnement dans le soutien moral que je pense que là-dessus, elles peuvent jouer un rôle quand nous on ne peut pas être à côté de la patiente. »

Enquêteur : « Ok, est-ce que vous avez déjà travaillé avec une doula ? »

Enquêtée 1 : « Ah non, du coup, j'en ai jamais rencontré pendant mes études. »

Enquêteur : « Ok, est-ce que vous savez si des doulas interviennent sur votre secteur ? »

Enquêtée 1 : « Oui, il y en a déjà eu quelques-unes sur [nom de ville] qui interviennent. Pas actuellement, mais récemment, il y a en a eu une ou deux qui sont venues auprès des patientes. »

Enquêteur : « Ok, euh, pensez-vous qu'une concurrence peut s'installer entre les sage-femmes et les doulas ? »

Enquêtée 1 : « Non, je ne pense pas, dans le sens où nous on a une profession médicale, c'est-à-dire qu'on a une formation, un diplôme, on fait 5 ans maintenant 6 ans d'études pour exercer notre métier. Dans le sens où les doulas n'ont pas de diplôme, de formation si ce n'est se documenter par Internet ce qui n'est pas toujours une bonne source d'information non plus donc euh je pense que non là-dessus, on ne peut pas avoir de concurrence, c'est-à-dire qu'elles ne pourront pas faire notre travail. L'accompagnement à domicile tout seul sans sage-femmes n'est pas non plus autorisé en France, juste avec des doulas donc euh. Non, je pense que là-dessus, il ne peut pas y avoir de concurrence. Maintenant, c'est vrai que certaines patientes vont plus écouter leurs doulas que nous sur certains conseils. Autant des fois, elles ont raison de ne pas écouter tout ce qu'on dit non plus parce qu'on a tendance à surmédicaliser, je suis d'accord, mais des fois ça peut être dangereux de se fier seulement à, aux doulas là-dessus parce que comme je disais elles n'ont pas la formation. C'est bien quand tout se passe bien, mais à partir du moment où il y a une complication, c'est plus compliqué. Donc voilà. Tout ne se passe pas bien non plus malheureusement, c'est comme ça dans la majorité des cas, mais... »

Enquêteur : « Dès fois il y a des problèmes. »

Enquêtée 1 : « Voilà. »

Enquêteur : « Ok, est-ce que vous recevez-vous des patientes souhaitant avoir un accompagnement de leurs grossesses d'une manière plus personnalisée ? »

Enquêtée 1 : « Oui, de plus en plus, c'est vraiment en ce moment, c'est vraiment ce qui euh, je ne dirais pas à la mode, mais c'est vraiment des patientes qui recherchent un accompagnement plus personnalisé et ça passe souvent par ce qu'on appelle le projet de naissance. C'est-à-dire

que ce sont des patientes qui rédigent, alors souvent elles rédigent elles-mêmes ce qu'elles souhaitent pour l'accouchement et ce qu'elles ne souhaitent pas elles écrivent tout. Souvent, elles nous mettent un petit paragraphe pour se décrire un petit peu, qui elles sont, leurs conjoints, etc., ce qu'elles veulent en salle de naissance, si elles souhaitent une péridurale ou pas de péridurale, si elles souhaitent qu'on les accompagne, qu'elles souhaitent ne pas avoir d'épisiotomie souvent, c'est la première phrase qui ressort dans les projets de naissance. Elles expliquent en général tout ce qu'elles veulent. Lumière tamisée dans la salle de naissance, pouvoir choisir la position de l'accouchement, du peau à peau à la naissance avec leur bébé, etc. ça, c'est vraiment chez la plupart des femmes. Au moins 1 femme 1 patiente sur 2 écrit un projet de naissance, au moins à [nom de ville] je pense qui sont plus ou moins élaborés et personnalisés. Y'a des dames aussi qui écrivent des projets de naissance, enfin qui cochent des cases de projets de naissance pré remplis sur Internet donc, c'est-à-dire qu'elles arrivent devant nous avec ça sans savoir clairement ce qu'elles ont cochés ni rien. Bon là, y'a plusieurs types de patientes, mais celles qui ont en tout cas un projet bien élaboré elles sont des projets de naissance qui peuvent faire 2 3 pages et qui sont bien écrit avec ce qu'elles souhaitent et ce qu'elles ne souhaitent pas et ces projets de naissance là sont vu en amont pendant les consultations avec les sage-femmes. C'est-à-dire qu'en fin de grossesse, souvent en consultations les sage-femmes auront proposé d'écrire un projet de naissance justement pour que nous, on sache ce qui est souhaité par la patiente ou pas à l'accouchement et comme ça, elle revoit ce qui est faisable ou non. C'est-à-dire que y'a dès fois des patientes qui ne veulent pas une chose sur laquelle on est intransigeant à l'hôpital, c'est la pose d'un cathéter. Une perfusion au cas où on a besoin d'une voie d'abord veineuse, mais c'est-à-dire qu'on pose le cathéter avec un petit bouchon. Y'a pas de fil relié y'a rien du tout, ça n'empêche pas la déambulation de la patiente mais protocolairement parlant on est obligé d'en poser un à l'hôpital donc sur les patientes qui mettent qu'elles ne le souhaitent pas souvent c'est rediscuté avant avec la sage-femme et la plupart du temps elles acceptent parce qu'elles l'écrivent sans comprendre sans savoir pourquoi c'est nécessaire. Après ça ne change pas la prise en charge ou leurs souhaits. Ça ne les empêche pas de bouger, etc., donc ça permet de discuter avec la sage-femme sur ce qui est possible et ce qui ne l'est pas et c'est bien que tout ça soit cadré avant l'arrivée en salle de naissance, en travaillant en tout cas. »

Enquêteur : « Et du coup, vous êtes en capacité de répondre à leurs demandes ? »

Enquêtée 1 : « La plupart du temps, c'est-à-dire que parfois il y a quand même des projets entre guillemets un peu tirés par les cheveux donc là, c'est compliqué. Comme je disais y'a des choses sur lesquelles on est assez intransigeant comme la voie veineuse, etc., mais la plupart du temps ça se discute. Si jamais il y a des choses qui sont vraiment particulières demandées, etc., c'est re discuté en STAFF avec toute l'équipe et en gros, elle voit la patiente après derrière pour en re discuter et si ça passe pas elle revoit un médecin de l'équipe. Voilà. A [nom de ville] c'est comme ça que ça se passe. Après y'a également des maisons de naissance, etc., qui acceptent des projets de naissance un peu plus large, c'est vrai qu'en structure hospitalière, on reste quand même assez strict, même si on est de plus en plus dans l'écoute de la patiente, etc. Et c'est très bien notamment avec les salles natures qui sont accessibles, etc. par les patientes donc nous on a une charte qu'elles doivent signer en expliquant ben qu'est-ce qui contre-indiquerait le fait qu'elles puissent y aller etc. être dans le bain pendant le travail, pouvoir se suspendre à des lianes, faire du ballon, tout ça c'est vraiment accessible et possible et ne pas examiner la patiente toutes les heures, etc., comme ça pouvait être fait avant. Donc tout dépend quand on accouche dans un CHU, c'est différent que d'accoucher dans un niveau 1 comme c'est différent d'accoucher dans une maison de naissance ou à domicile. L'accompagnement n'est pas le même partout, mais c'est vrai que peu importe où on va même en CHU maintenant y'a

beaucoup de salle de naissance qui sont créées, etc. on essaye vraiment de suivre le projet des patientes jusqu'au bout comme elles le souhaitent. »

Enquêteur : « Ok, est-ce que vous avez déjà rencontré des patientes qui voulaient recourir aux doulas ? »

Enquêtée 1 : « Oui certaines dans leur projet de naissance, c'était écrit, qu'elles souhaitaient des doulas ou même une photographe pendant l'accouchement également. Qui souhaitaient qu'il y en ait une qui soit là pour photographier l'accouchement. Ouais, c'est autorisé si c'est comme on dit toujours, si c'est prévu par la patiente et que ça a été discuté en amont et accepté, on l'accepte en salle de naissance. Après y'a des sage-femmes qui sont plus ou moins réticentes mais en général quand c'est l'équipe de jeunes on est plutôt ok pour ça, si ça a été vu et accepté en amont y'a pas de souci, si y'a pas de contre-indications bien évidemment. Après ça, si y'a quoi que ce soit, tout est re discuté sur le moment. »

Enquêteur : « D'accord, est ce que vous avez déjà eu des retours de patientes qui ont eu recours aux doulas ? »

Enquêtée 1 : « Non jamais, j'aimerais bien en avoir justement, je pense que ça pourrait être intéressant parce qu'on n'a pas toujours le même point de vue, je dirais entre les doulas et les sage-femmes. Y'a des choses sur lesquelles je suis d'accord, etc., mais d'autres sur lesquelles je suis un petit peu moins d'accord. »

Enquêteur : « C'est-à-dire ? »

Enquêtée 1 : « Ben, c'est-à-dire que ben déjà, on n'a pas les mêmes points de vue. Moi, je suis, vraiment, je respecte la physiologie, etc. J'ai une formation qui est quand même récente, etc., donc euh avec les dernières études donc je suis assez aux faits les salles nature, etc., que c'est vraiment très bien. Par contre, je reste toujours sur les positions où il faut toujours faire attention. Une complication arrive très rapidement que ce soit à la maison ou à l'hôpital ça change rien je pars pas du principe qu'à l'hôpital on aggrave les choses ou qu'on surmédicalise. Ça peut arriver des fois maintenant, je pense que quand on a une formation qui est récente de moins en moins quand même parce qu'on nous dit de faire attention quand même de respecter la physiologie, on suit des recommandations qui sont nationales donc bon, je pense que... après chacun a son point de vue sur le sujet. »

Enquêteur : « Ok, est ce que vous avez autre chose à rajouter sur les doulas ? »

Enquêtée 1 : « Ben non, vu que j'en ai jamais rencontré, je pense que je ne peux pas dire grand-chose mise à part les a priori que je peux avoir, mais sinon j'aimerais en voir une fois en salle de naissance avec une patiente. Le peu que j'ai entendu de mes collègues c'était que ça c'était bien passé dans le sens où elles étaient là pour accompagner la patiente dans la douleur, etc., mais elle s'opposait pas à ce que disait l'équipe et justement allait dans le sens de l'équipe. A partir de ce moment-là je pense que c'est très bien, à partir du moment où elles interviennent en salle de naissance avec nous je pars du principe qu'elles font partie de l'équipe donc il faut qu'elles nous suivent si on décide quelque chose on reste dans une structure hospitalière donc si elles sont d'accord et qu'elles vont dans notre sens voilà il n'y a pas de problèmes. »

B. Retranscription de l'entretien avec la doula (2)

Enquêteur : « Alors, pour commencer... quelle est ta profession ? »

Enquêtée 2 : « Et bah du coup, je suis doula (rires), voilà... tout simplement, doula et euh... en parallèle, je suis aussi auxiliaire de vie car j'aimerais bien m'axer sur la branche tana doulas, je ne sais pas si connais ? »

Enquêteur : « Euh non... »

Enquêtée 2 : « C'est sur l'accompagnement euh... en fin de vie, en fait, et c'est un... pan de mon métier que j'aimerais bien découvrir et du coup je passe par le côté auxiliaire de vie d'abord pour avoir un petit pied dedans, avant vraiment me former euh et voir ce qu'il en est, voilà. »

Enquêteur : « D'accord, parce que doula ce n'est pas simplement pour euh... accompagnement à... à la grossesse... au post-partum ? »

Enquêtée 2 : « Bah le plus commun quand tu fais appel à une doula ça va être le côté euh grossesse, accouchement, post-partum, après euh... tu vas avoir des doulas spécialisées dans le deuil périnatal, euh dans le parcours PMA, dans, tu vois, dans... les, les... couples... la parentalité différente. Tu as plein de pans différents et du coup, tu as aussi les tana doulas, il n'y en a quasiment pas en France hein, déjà les doulas, c'est compliqué, alors tana doula n'en parlons même pas (rire). Mais euh...ça pourrait être aussi pour personnes en fin de vie, personnes âgées ou personnes malades. »

Enquêteur : « Ah d'accord. Ok. Personnes en fin de vie ou personnes malades ? Je ne connaissais pas du tout... et donc, ça fait combien de temps que tu fais, euh le métier de doula ? »

Enquêtée 2 : « Ça va faire 5 ans. »

Enquêteur : « Ok. Très bien. Ok. Et euh donc ton métier d'auxiliaire de vie, c'est quelque chose que tu faisais depuis plus longtemps ou... ? »

Enquêtée 2 : « Pas du tout. J'ai commencé là, cette année, en septembre (rires). »

Enquêteur : « D'accord ok. Ça marche. Ok. Euh... Alors, prochaine question... Est-ce que tu as fait d'autres choses avant d'être auxiliaire de vie, doula ? »

Enquêtée 2 : « Ola, j'en ai fait des choses (rires). J'ai fait, euh une année d'école d'infirmière en sortie du bac, ensuite, j'ai fait un BTS dans le management et la communication. Euh... Ensuite, j'ai travaillé au zoo d'Amnéville en tant que stagiaire comptable euh... princi... le plus gros de ma vie, on va dire que j'ai travaillé dans la vente. J'ai un peu... j'ai fait aussi du secrétariat médical. J'ai fait vraiment plein de trucs. (Rires) »

Enquêteur : « Ok, ça marche. Hum... prochaine question, considères-tu ton activité comme un métier ? Ton activité de doula ? »

Enquêtée 2 : « Oui. Oui. Euh... pour répondre plus complètement à la question, euh... si la question, c'est : "Si j'en vis totalement ?" alors oui. Euh... est-ce que euh... alors, c'est un

métier non reconnu par l'état, ça oui effectivement, mais c'est ce pourquoi on se bat et on essaye de... ça c'est vraiment, ce sont des choses notamment que l'on essaye avec l'école avec laquelle je travaille, je suis formatrice avec eux, on essaye vraiment de monter des dossiers, tu vois, pour que ce soit reconnu. La formation est maintenant reconnue, elle est maintenant labélisée Qualiopi et bientôt, il va y avoir le truc CPF aussi qui pour que, euh, ce soit financé aussi. C'est déjà un bon début, mais ça, l'administration française, c'est déjà... très très long (rires) donc voilà ça prend du temps, mais euh... oui, c'est un métier à part entière. Après, euh... ça a été difficile pour moi au début de me dire que c'est un métier dans le sens où je pense que... hum... c'est aussi quelque chose, c'est, c'est une vocation, c'est quelque chose, c'est, c'est, un peu comme infirmière ou aide-soignante pour moi, enfin, je vois ça vraiment ça comme une vocation où vraiment, tu es empathique ou tu l'es pas dans ta vie. Ben doula, c'est un peu la même chose et c'est vrai que c'est compliqué euh... enfin pour moi, au début ça été difficile de me dire que je mets un tarif sur ce que je fais, en fait, finalement sur ce que je fais naturellement, moi de base avec mes proches, mais c'est quelque chose qu'on, tu vois, moi dans mon monde idéal de licorne et de bisounours c'est que les doulas ne devraient même pas exister, parce que en fait c'est le rôle des cousines, des sœurs, des tantes, des mères, tu vois ? C'est quelque chose que l'on a perdu au fur et à mesure euh... des années et que... et maintenant il y a pu. Maintenant les mères, enfin les parents sont profondément seuls alors qu'avant euh... quand t'accueillais un enfant, t'avais toute la famille qui était chez toi, tu vois ? (Rires) Donc, euh... oui, c'est un nouveau métier, c'est un nouveau métier qui... correspond à tout ce qui est actuel en fait. »

Enquêteur : « Oui, oui, oui, aux évolutions effectivement, de la société. Hum... prochaine question, quelle formation as-tu suivie pour exercer en tant que doula ? »

Enquêtée 2 : « Alors, au tout début du début, euh... quand j'ai commencé à exercer, il n'y avait pas de formation à proprement parler euh... si tu veux, c'est plus euh autodidacte finalement, j'ai regardé, enfin, j'ai assisté à beaucoup de conférences de Michel Audant, d'Isabelle Chalut, j'ai fait beaucoup d'ateliers, de mini formation par ci, par-là euh... et après euh... j'ai passé du coup ma certification chez « Envole » il y a deux ans. Et en fait du coup, en étant déjà doula, mais parce que je pense que j'avais besoin de légitimité, tu vois ? Euh... de me dire : " t'as le truc certification de doula " et euh... pour moi, pour moi, ça m'aidait beaucoup et aussi pour, euh..., pour une question de besoin de présentiel, tu vois ? C'était la seule formation, enfin nan, il y en avait d'autres doulas de France aussi mais ça me parlait moins, mais c'était euh une formation euh... en présentiel, du coup et ça, c'était hyper important pour moi parce que t'avais plein de formations en ligne, bah... je sais pas, c'était pas trop... c'était pas trop mon truc... et euh.. aussi, en fait « patrimoine naissance », ils font aussi intervenir des sage-femmes, tu vois ? Pour parler de la complémentarité du métier, et ça, tu vois ? Je trouvais ça hyper intéressant et hyper riche et du coup, j'ai fait la formation-là, mais de base, ouais... c'était un peu en autodidacte quoi... »

Enquêteur : « Ok, ça marche. Euh... alors du coup là... sur la formation que tu as déjà suivie en étant doula, euh qu'est-ce que l'on vous apprenait vraiment dans le contenu de la formation ? »

Enquêtée 2 : « Alors, vraiment en premier lieu et je pense que c'est le plus gros finalement, ça va être vraiment c'est tout ce qui est cadre éthique, posture euh... législation, etc., pour bien comprendre ton rôle en tant que doula et que c'est pas médical, c'est pas thérapeutique, ça vraiment, on insiste **LOURDEMENT** dessus hum... ça va être des trucs très bêtes tu vois ? Par exemple, ta création d'entreprise de savoir que tu ne peux pas dire que t'as un cabinet, parce

que c'est un... terme qui est réservé au pro de santé euh de pas parler de préparation à l'accouchement, que c'est réservé aux sage-femmes, tu vois ? Tous ces petits trucs-là, déjà. Euh... après ça va être beaucoup sur la communication ou la relation d'aide. La communication non-violente, l'écoute active, la reformulation etc., etc., avec beaucoup de mise en situation, de cas pratique, et euh, après tu vas avoir les gros euh... Les gros modules donc euh la grossesse, la naissance, le post-partum, le deuil périnatal, euh... nourrir son bébé parce que l'on parle de l'allaitement, mais aussi du biberonnage euh... Du maternage proximal, digital euh... Et de la parentalité, de l'anti-parentalité, et de la « situate », voilà, grosso modo. »

Enquêteur : « Ok. C'est assez large, effectivement. (Rires) »

Enquêtée 2 : « (rires) C'est ça. Mais vraiment, enfin, tu vois ? On va aborder hum... Avec la sage-femme, notamment, tu vois ? Par la naissance par exemple, qui va vraiment nous expliquer euh ce qui va se passer dans les maternités, etc. Et nous, on va vraiment avoir les connaissances sur la physiologie de la naissance. À partir du moment où il va y avoir une pathologie, euh... ce n'est plus de notre ressort, tu vois ? Mais euh, on va vraiment apprendre ce qui se passe physiologiquement ce qui se passe dans la tête, dans le corps, dans les hormones, mais hum... enfin... toujours en gardant en tête que c'est bien de le savoir, mais que, euh... qu'on n'est pas là pour diagnostiquer, pour euh... tu vois ? C'est bien de le savoir, que nous, on puisse rediriger, tu vois ? S'il y a quelque chose qui nous met la puce à l'oreille, on va rediriger, mais euh, mais ouais ça va être plus sur la physiologie et euh... sur les infos en fait. »

Enquêteur : « Oui, je vois. Pour bien orienter, oui. Ok. Et euh... globalement, elle dure combien de temps cette formation ? »

Enquêtée 2 : « Alors, c'est sur 9 mois. Euh... Où tu avais euh un week-end par mois en présentiel, donc vendredi-samedi-dimanche et en parallèle t'avais des « FOAD », des hum... des formations en ligne, à distance, euh... qui soit étaient le « prélude » des formations, tu vois ? Euh... soit des compléments avec, euh, beaucoup d'interviews, de conférences, hum, de spécialistes euh qui venaient échanger, etc. Et euh, ensuite, euh, il y avait un mémoire de fin d'études à faire, euh et euh... là, depuis cette année-là, maintenant, il y a un oral aussi qui est obligatoire. Quand moi, je l'ai passé, c'était... humm... ce n'était pas encore obligatoire, ça allait se faire pour la labellisation Qualiopi euh... et du coup, maintenant, c'est obligatoire, c'est euh mémoire plus oral et je pense qu'à termes, parce que du coup, l'école a finalement que 3 ans, euh, mais je pense que là, peut-être pas l'année prochaine, mais dès l'année d'après, il y aura en plus un contrôle continu ou encore euh d'autres vérifications je pense. »

Enquêteur : « D'accord. Ok. Hum... est-ce que tu peux me donner une description de ton activité, donc toi en tant que doula ? »

Enquêtée 2 : « Une description, dans quel sens ? » (Rires)

Enquêteur : « Euh... ça peut être euh une journée type, donc est-ce que tu prends hum... tout type d'accompagnement, par exemple les post-partum, les PMA etc... est-ce que tu prends... tout le monde ? »

Enquêtée 2 : « En soi, oui. De base, oui, je te dirais que je prends tout le monde sauf que, en fait, je pense que les parents euh... vont vers une doula qui leur ressemble et du coup c'est vrai que j'ai quasiment que les mêmes types d'accompagnements, tu vois ? Euh, même si on ne fait pas forcément la promo plus que... mais autres services, mais c'est vrai que je vais avoir

beaucoup de femmes euh... parce que du coup, moi dans mon histoire, à moi, j'ai accouché deux fois à la maison, et du coup, c'est vrai que je fais beaucoup de femmes qui vont être dans ce parcours-là de vouloir accoucher, en tout cas, plus physiologiquement. Euh... voilà, qui vont plus aller vers moi. Beaucoup de deuils périnataux aussi. J'ai quelques parcours euh PMA, mais pas tant parce que, je, je trouve, que effectivement, il y a des doulas qui sont vraiment spécialisées là-dedans et c'est vrai que j'ai plus tendance à re diriger vers elles, car c'est très spécifique comme accompagnement. Hum... après ouais, c'est vrai que je suis quand même plus dans les... naissances et les naissances physio, hum, mais si parfois, je trouve, tu vois ? En toute honnêteté, je pense que les doulas auraient plus leur place dans des naissances qui JUSTEMENT sont médicalisées pour apporter cette bulle de sérénité-là. Mais euh... voilà, je pense que l'on attire un peu ce qui vient à nous, il y a un petit côté un peu euh... mystérieux dans tout ça, tu vois ? (Rires) »

Enquêteur : « (rires) c'est vrai que c'est un petit peu ça, parce que, on... on... a notre professeure qui travaille beaucoup sur la périnatalité en sociologie, et... Hum... C'est un peu sa spécialité de ... de... venir découvrir tous ces sujets-là. Et c'est vrai qu'elle me disait « bah oui, il faut savoir que toutes les doulas ne font pas forcément tout le monde » elle me dit : « on en a elles se spécialisent en PMA, dans l'accompagnement de couple homosexuel. » elle m'a dit « chacune peut se spécialiser dans quelque chose ». Et là je me suis dit « ah oui, d'accord » (rires) »

Enquêtée 2 : « Ouais... après, tu vois, il y a des doulas... je pense notamment à ma collègue qui est formatrice sur la promo de Reims, elle fait quasiment que du post-partum, tu vois ? Elle est vraiment spé là-dedans, moi, en toute honnêteté, en fait finalement les femmes que j'accompagne, je les accompagne pendant toute leur grossesse, je suis là à l'accouchement et généralement, je fais une séance ou deux pour le post-partum, et après, vu que ça a été anticipé en amont, elles ont moins besoin finalement, tu vois ? Après pour le post-partum, après, ça va être des demandes hyper spécifiques. Là, depuis peu, je fais aussi de l'accompagnement pour les règles, tu vois ? Parce que, euh... parce que moi à la base, j'en avais besoin, parce que tu sais quand tu chouchoutes comme ça tout le monde à lon... à longueur de journée et bah deuxième jour de règles, tu vois ? Je suis en PLS et je me dis : “ Oh ! J'aimerais trop avoir une doula pour moi aussi”, tu vois ? (Rires). Des papouilles sur le canapé-là, tranquille. Et en fait, je me suis dit : “ mais POURQUOI ?” (Rires). Et du coup, j'ai contacté une doula pour ça, pour moi à la base, et du coup, c'est aussi quelque chose que je propose moi aussi, tu vois ? Enfin, ce sont des trucs bêtes auxquels on ne pense pas, mais je me suis dit “ Bah attends... il n'y a pas de mal à se faire du bien” (rires). »

Enquêteur : « (rires) Bah ouais, t'as raison. Et du coup, au niveau de tout ce qui est accouchement donc tu fais... autant à domicile que euh... en institution ? Ou euh... ? »

Enquêtée 2 : « Ouais. C'est ça : hôpital, maison de naissance, plateau technique... ou alors à la maison, mais toujours s'il y a une sage-femme »

Enquêteur : « Ok. Ça marche. Ok. Donc, du coup, la sage-femme prend plutôt... Ce rôle... Médical ? Et toi, plutôt le rôle d'accompagnement ? »

Doula : « Oui c'est ça, voilà. Moi, c'est vraiment l'accompagnement, euh, non-thérapeutique, non-médical. Ça va être vraiment euh... la présence, tu vois ? Euh... au côté de la femme, du couple aussi, tu vois ? Euh... quand c'est à la maison d'autant plus parce que je vais pouvoir gérer tout le côté logistique, tu vois ? Ramener le petit gant frais, la serviette, les alèses, tu vois

? Des trucs comme ça. Préparer un thé, à manger pour le mari euh... tu vois ? Vraiment des trucs vraiment... (rires) sortir le chien aussi (rires). Tous ces trucs vraiment euh vraiment d'être en fait euh... là, le pilier pour cette femme-là qui est en train de donner la vie, car elle a besoin d'avoir du soutien en non-stop, 24/24 euh... un peu... comme quand tu fais un marathon, t'aimes bien avoir des gens qui t'encouragent... c'est à peu près pareil... mais on est toujours en présence d'une sage-femme à la maison, ça, c'est euh... si tu veux nous, en tant que doula, la plupart des cas signataires de la charte des doulas de France, et qui stipule que : "On a pas le droit d'être là, s'il n'y a pas de sage-femme", tu vois ? Parce que c'est considéré comme une pratique illégale du métier de sage-femme. Même si, en soi, on ne perd rien, mais euh... légalement, ce n'est pas possible. »

Enquêteur : « Ah oui. Ok. D'accord, je vois, et euh... quelles sont les raisons qui t'ont poussé à devenir doula ? »

Enquêtée 2 : « Euh... bah, en fait, c'était un peu évident sans trop l'être, dans le sens où euh... pour l'histoire perso, ma sœur est sage-femme, ma sœur a 6 ans de plus que moi et en fait, j'ai entendu parler des doulas à travers elle à la base, quand j'étais au lycée genre... tu vois ? Mais elle en avait entendu parler euh... mais même pas en France, c'était un truc un peu abstrait et à l'époque quand elle m'en avait parlé c'était un peu le truc, tu sais euh, la nouvelle médecine, le truc plus naturel, tu vois ? Alors, pas du tout ce qu'on fait en vrai, mais je l'avais perçu comme ça et je me suis dit : " Ouah ! c'est trop bien et tout, c'est une autre façon de..." enfin, tous les trucs un peu euh... comme ça à côté, euh, ça me plaît bien en général (rires) mais euh, j'ai laissé ça de côté, et puis un jour et bien euh... je suis devenue mère (rires) et euh... c'est ce qui a fait que moi, j'ai contacté une doula pour moi en restant sur ce truc en fait, je pensais moi que avoir une doula, c'était avoir une sage-femme. J'étais dans ce truc-là. Et en fait, hum... c'est en ayant un accompagnement avec ma doula, que j'ai compris le métier et que je me suis dit : "Ouah mais c'est tellement important" et en fait, tu vois ? Même avec mon mari, on est toujours sur la même longueur d'onde, on n'a jamais de soucis, euh, que ce soit la grossesse, l'accouchement, rien, tu vois ? Mais c'est vrai que ça nous a ouvert un espace de discussion sur des sujets que l'on aurait pas abordé de base. Euh... mais du coup d'en parler, de l'aborder avec la doula et d'avoir cet espace-là et puis aussi, je dois dire que du coup, euh, moi c'était période covid que je suis tombée enceinte. Et du coup en fait, ça eu aussi plus d'importance pour [nom du mari], mon mari finalement, parce que du coup c'était à une époque où déjà de base les papas ne sont déjà pas trop... inclus dedans (rires) pendant la grossesse, mais là, il n'avait le droit de venir à aucune écho, rien, tu vois ? Donc, en fait, je pense que pour lui, ça a été vraiment hyper important pour lui, parce que ça lui a donné un rôle, tu vois ? Et... c'est la première fois que quelqu'un l'écoutait, en tant que : " Toi aussi, tu vas devenir père, et ça fait aussi un changement en toi et c'est important aussi que l'on en parle". Et euh ouais, c'est, c'est vraiment à travers elle que j'ai découvert le métier et que ça a pris tout son sens. Et en fait euh, au début, tu te dis : "Ouah ! J'aurais bien aimé faire ça, j'aurais bien aimé faire, ce que...elle, elle fait, mais, mais..." 1000 mais que tu t'imposes comme ça, et il faut faire ci, et il faut faire ça, et puis se lancer en tant qu'auto entrepreneuse ce n'est pas... simple non plus, tu vois ? Tu quittes un peu les... les chemins habituels pour te retrouver dans un truc que tu ne connais pas, mais euh... en fait... ouais, c'est vraiment euh... ça a été le déclic, tu vois ? Du, du jour au lendemain, après je suis quelqu'un comme ça. C'est, je vais réfléchir un peu et je vais prendre la décision en approximativement 0,1 seconde (rire) et une fois que la décision est prise, j'actionne le truc direct, tu vois ? Et je fais donc euh... ouais c'est, c'est parti de là et déjà, avant ça, sans être doula je partageais beaucoup de mes expériences sur mes réseaux sociaux. Notamment, tu vois, j'avais vécu des violences conjugales avec mon ex et j'en parlais énormément. Et je trouve que de libérer la parole et d'en parler, ça a aidé tellement de femmes, tu vois, sans prétention aucune,

mais j'ai, je, il y a eu tellement d'échanges, tellement riches. Et je me suis dit : " Mais ouah ! C'est trop ça que je veux faire de ma vie, je veux aider les couples" (rires). Bon, dans d'autres circonstances, donc ouais, c'est, c'est tout ça quoi. »

Enquêteur : « Ok. Ça marche. Est-ce que tu penses que la prise en charge d'une doula permet à elle seule, de favoriser le bon déroulement d'une grossesse ou d'un accouchement ? »

Enquêtée 2 : « Euh... s'il y avait que nous ? »

Enquêteur : « Oui, c'est ça, c'est ce que l'on s'était demandé au départ. (Rires) »

Enquêtée 2 : « (Rires) Bah non du coup, parce que t'as quand même la partie médicale qui est importante, tu vois ? Euh... Après, il y a des femmes qui font le choix de ne pas être suivies médicalement du tout hein, qui ne font pas du tout d'écho pendant la grossesse, etc. Et c'est leurs choix et c'est ok, mais euh... pour moi, une prise en charge idéale, ce serait une sage-femme ou une gynéco et une doula, tu vois ? Qu'il y ait vraiment ce médical : ok, et... c'est bon, c'est caser avec quelqu'un et le côté doula ou c'est l'aspect plus émotionnel et plus informatif, tu vois ? Dans le sens où finalement euh, tu vois, la sage-femme ou la gynéco elle va te demander euh "Est-ce que tu as choisi la maternité où tu vas accoucher ?". On ne va pas te dire quel mode d'accouchement, tu as choisi. "Est-ce que tu sais que l'accouchement à domicile ça existe ? Est-ce que tu sais que les maisons de naissances existent ? Est-ce que tu sais que les plateaux techniques, etc." (rires) Tu vois ? C'est un peu... si tu veux, il faut nous voir un peu comme un éventail en mode : « tu as toutes ces possibilités-là et peu importe ce que tu choisis, moi je t'accompagne là-dedans et... un éventail, t'ouvres un autre éventail et puis... c'est comme ça que l'on avance, c'est comme ça que l'on chemine ensemble. »

Enquêteur : « Ok. Parce que toi en général tu... Tu accompagnes vraiment du début jusqu'à la fin ou ça t'arrive d'arriver plutôt euh... »

Enquêtée 2 : « En général, les femmes euh... bah en fait, tu sais en général, elles me suivent sur Instagram, déjà avant le projet bébé si tu veux. Et en fait du coup, dès qu'elles font pipi sur le test presque euh... je le sais tout de suite et... on embraye quasiment systématiquement. Ou alors, ça va être après les trois premiers mois, mais généralement, c'est vrai que j'ai toute toute la grossesse et puis c'est vrai que souvent, tu vois, ça va être des femmes qui vont être, euh... tout de suite " Ouais je ne veux pas de péri, je ne veux pas d'hôpital, je ne veux pas ci, je ne veux pas de ça...". Et au final, tu vois, ce sont des femmes qui en fait, avaient juste besoin, enfin juste besoin de confiance en elles et qui... en fait... qui ont besoin pour certaines, qui ont besoin d'entendre " mais tu peux prendre la péridurale si c'est ok pour toi et si tu en as envie, en fait, et ça ne fera pas de toi une mauvaise mère (rire)... et ça ne fera pas de toi une femme moins forte ". Et tu vois, de leur dire que tout est possible et qu'il n'y a pas de meilleurs choix qu'un autre finalement, c'est leur choix, point barre. Et... du coup euh... ouais, si tu veux moi ce que je dis souvent, c'est que moi mon but ultime en tant que doula, c'est que " peu importe comment se déroule ton accouchement, c'est que ça soit ok pour toi " et que même si j'ai une femme qui voulait accoucher à la maison, un accouchement hyper physio, bah si ça finit en césarienne euh... après un déclenchement et bien, qu'elle le vive bien et qu'elle sache, tu vois ? Qu'elle comprenne POURQUOI elle est passée par toutes ces étapes-là et qu'elle n'est pas subis, tu vois ? Et qu'elle soit restée maîtresse de son accouchement quand même en comprenant tout ce qui se passe et ça, c'est tout bénéf quand tu as un truc qui se passe comme ça. »

Enquêteur : « Ok. Hum... c'est vrai que du coup on a posé des questions auxquelles tu as déjà en partie répondu, mais au cas où je te les pose quand même euh... est-ce qu'il a une pratique commune chez les doulas ? »

Enquêtée 2 : « Hum... bah oui, je dirais l'écoute, l'écoute active. C'est un truc que, en fait finalement, peu importe ce que tu fais, c'est le cœur de métier qui reviendra toujours, c'est l'écoute active. Euh... hum... euh la bienveillance, mais à la fois ce n'est même pas un cœur de métier, la bienveillance tu vois ? (Rires). Mais ouais, de proposer l'espace pour euh... permettre à la personne que t'accompagne, de déposer ce qu'elle a à déposer quoi. »

Enquêteur : « Ok. Euh... alors je vais passer sur les questions en relation avec la femme accompagnée du coup. Euh... selon toi, pourquoi les patientes se tournent-elles vers une doula ? »

Enquêtée 2 : « La plupart du temps, c'est soit parce que c'est leur deuxième ou troisième et que le premier accouchement a été catastrophique, enfin accouchement, grossesse ou post-partum hein... en tout cas, que ça a été quelque chose de catastrophique, et elles ne veulent plus du tout retourner là-dedans. Soit parce qu'elles ont déjà connaissance des doulas et c'est leur premier enfant et qu'elles, euh, veulent faire tout, tout de suite, et tout bien, tu vois ? Généralement c'est, c'est de là que l'on retrouve le plus souvent. Après plus ponctuellement, tu vas avoir, parce que c'est la copine qui a fait une carte cadeau, mais qui du coup, découvre et qui va poursuivre l'accompagnement, mais c'est vrai que dans la plupart des cas, ce sont vraiment ces cas de figures-là. Soit c'est le deuxième parce que la première c'est très mal passée soit euh... première grossesse et qui veut tout de suite bien faire. »

Enquêteur : « C'est à peu près ce que l'on s'était dit donc c'est pas mal (rires). Hum... prochaine question : de quelle manière formes-tu ton réseau de patientes ? »

Enquêtée 2 : « Bah les réseaux, ça c'est sûr. C'est le premier truc. Après sinon, le bouche-à-oreille au fur et à mesure, tu vois ? Quand tu poses tes flyers dans les labos, pharmacies, etc..., bah un peu au point où les femmes enceintes vont (rires) et puis ben... Après une fois que tu as accompagné un accouchement à l'hôpital et que tu as rencontré les sage-femmes. Bah... fatalement, elles ont confiance en toi donc elles vont parler de toi à leurs patientes, etc. Enfin, il y a tout un truc qui se met en place, tu vois ? Ça met du temps honnêtement, mais euh... j'ai bien mis un an, un an et demi avant vraiment de pouvoir en vivre et d'avoir vraiment une clientèle. Mais en fait c'est de la confiance, c'est un métier où tu dois avoir confiance en la personne. Donc... fatalement, il faut le temps que les gens aient confiance en toi, qu'ils te connaissent, qu'ils te RECONNAISSENT, tu vois ? Mais... voilà, une fois que c'est mis en place, tu vois ? Euh... et après la femme enceinte va en parler à sa sœur, à sa copine, à sa cousine et puis... c'est un peu comme ça. »

Enquêteur : « Hum d'accord. Et quelle est la durée moyenne d'une prise en charge d'une femme à tes côtés ? »

Enquêtée 2 : « Bah... pff... je dirais 9 mois. En retirant les 3 premiers mois de la grossesse et en les rajoutant, les 3 mois après, tu vois ? Hum... voilà, je dirais pour la plupart des cas. Et après euh... ça c'est pour les accompagnements en gros mais... ça m'arrive d'avoir des cas, où je vois des femmes ponctuellement, tu vois ? Euh... sur un rendez-vous, tu vois, un rendez-vous pendant la grossesse pour un truc qui ne va pas ou un rendez-vous post-partum et ce sont

des femmes que je ne vais voir qu'une fois et puis après, je ne vais plus jamais les revoir, tu vois ? (Rires). C'est un peu... hum... ça dépend en vrai. »

Enquêteur : « Ok. Hum... Est-ce que si ça ne te dérange pas, tu pourrais me donner un ordre d'idée des tarifs que tu appliques ? »

Enquêtée 2 : « Euh pour l'accompagnement euh seul euh... je compte à peu près une heure et demie à deux heures et c'est 60 € »

Enquêteur : « Ok. Qu'est-ce que tu entends par « seul » ? »

Doula : « Bah... du coup, c'est euh vraiment la séance d'accompagnement que ce soit grossesse, deuil périnatal, euh allaitement euh... peu importe tu vois, c'est en gros la... la séance d'une heure et demie. Euh... après, euh, tu vas avoir les séances post-partum mais qui inclus du coup aussi les règles, parce que je... pour moi, c'est un peu pareil, tu vois (rires) comme type d'accompagnement. Donc les accompagnements un peu comme ça, c'est environ deux heures et demie voir trois heures et 80€. Et après, euh... tout ce qui est euh massage prénatal, massage post-partum, tous les deux 45 minutes et 50€. Et après, tu as le soin rituel rebozo euh... qui est du coup un soin de trois heures avec une collègue à moi, et ça, c'est 250 € »

Enquêteur : « D'accord. Tu peux m'expliquer ce qu'est le soin rituel rebozo ? »

Enquêtée 2 : « C'est génial, si tu as l'occas de faire, c'est génial. En gros, c'est un soin traditionnel mexicain, euh à la base, c'est vraiment euh après accouchement pour resserrer le bassin et fermer la grossesse, si tu veux et en gros, c'est euh... un massage à 4 mains, d'1 heure, du corps entier. Ensuite euh, tu vas dans une hutte de sudation pendant 15 minutes, ensuite un temps d'enveloppement dans une couverture chaude et ensuite un resserrage aux 7 points du corps donc la tête, les épaules, le plexus, le bassin, les cuisses, les mollets, les pieds. Et c'est un soin qui dure euh en tout 3 heures et en soi euh, ça peut être fait un peu à n'importe quel moment de ta vie en vrai. Si tu veux marquer oui après l'accouchement oui ça peut être fait, mais en soi, avant un mariage, pour ta ménopause euh ce que tu veux. Mais à mon sens, c'est à faire une fois dans ta vie, c'est tellement bien. J'aimerais qu'on me le fasse tous les jours moi (rires). »

Enquêteur : (rires) « Ok. Et en... Termes de nombre de séances à peu près, en moyenne, tu fais à peu près combien de séances avec une euh femme enceinte ? »

Enquêtée 2 : « Euh... je dirai euh... 6 séances. Je dirai 4 pendant la grossesse et 2 après. Ouais au minimum, c'est, il n'y a rien de ouf, tu vois ? S'il n'y a pas à revenir dessus, pas eu de complication, ou quoi que ce soit qui a nécessité plus de rendez-vous. Le classique, je dirais ça oui. »

Enquêteur : « Ok, ça marche. Hum... collabores-tu avec des professionnels de santé ? »

Enquêtée 2 : « Ouais du coup avec sage-femmes, gynéco, euh psychologue, euh ostéo, euh chiropracteur, euh... conseillère en lactation aussi. Euh... c'est à peu près tout et c'est déjà pas mal..., ouais... »

Enquêteur : « Dans le sens où tu travailles eux, c'est dans le sens euh qu'ils te les orientent ou parce que vous travaillez en duo ? »

Enquêtée 2 : « Bah les deux, mais pas en même temps. Mais c'est vraiment les deux euh tu vois ? Je prends au pif tu vois, mais l'ostéo par exemple, ça va vraiment être plus au niveau du bébé, si par exemple il y a un frein de langue ou quoi. Si tu veux, ça mène à des soucis d'allaitement et puis du coup moi ça va me mettre la puce à l'oreille en mode " Ok, s'il y a un souci d'allaitement, c'est un souci de positionnement, donc possiblement frein de langue" donc hop je remonte vers l'ostéo. Et tu vois finalement, on va se... enfin, c'est, c'est complémentaire finalement. L'un ne va pas sans l'autre, et après euh... quand je travaille vraiment AVEC quelqu'un, ça va vraiment être la sage-femme pendant l'accouchement où là, vraiment on travaille toutes les deux, ensemble. »

Enquêteur : « Ok. Et tu travailles avec plusieurs sage-femmes ? Ou c'est toujours les mêmes ? »

Enquêtée 2 : « Bah à l'hôpital, ce n'est jamais les mêmes (rires). À la maison, c'est toujours la même car il y en a qu'une qui fait les accouchements à domicile dans le département. Euh... après, quand c'est les maisons de naissance, c'est souvent les mêmes aussi euh... tout dépend, tout dépend en fait. Euh... tu vois à l'hôpital, tu vois, elles vont toutes avoir le côté euh où ça va les faire flipper d'abord d'être avec une doula et puis quand elles voient ce que c'est et quand euh... enfin, après je suis pas con non plus, j'y vais, je me présente toujours, je... bah toujours sur un ton humoristique en leur disant "ne vous inquiétez pas, je ne viens pas avec mon tambour, tout va bien se passer" (rires). Mais après elles, euh, elles voient bien que ça aide la femme, et elles, en tant que sage-femme, voient bien qu'elles ont plus de temps pour d'autres femmes qui ont des pathologies et pour qui elles doivent être là. Alors que cette femme à juste besoin d'une présence. Elles arrivent mieux à gérer leur temps de travail et finalement en vrai pour elles, c'est tout bénéf aussi. »

Enquêteur : « D'accord. Ok. Ok. Bah et bien écoute, nous avons fait le tour des questions, je te remercie pour avoir répondu à toutes. »

C. Retranscription de l'entretien avec le médecin généraliste ayant une formation en gynécologie (3)

Enquêteur : « Alors vous êtes médecin au sein du cabinet de [nom de ville] c'est ça ? »

Enquêtée 3 : « Oui, c'est exact, j'ai en plus une formation en gynécologie et en pédiatrie, ça s'appelle un DU. »

Enquêteur : « D'accord très bien, vous exercez votre métier depuis quand ? »

Enquêtée 3 : « Depuis 2018 en remplacement, et installée depuis 2019 ici. »

Enquêteur : « Ok très bien, alors nous pouvons continuer sur l'activité de doula, connaissez-vous ce métier ? »

Enquêtée 3 : « Alors j'en ai entendu parler, je sais que c'est les femmes qui travaillent autour, fin pour les femmes, enfin et pour la santé de la femme. »

Enquêteur : « D'accord et comment avez-vous eu connaissance de l'existence des doulas ? »

Enquêtée 3 : « Alors, pas du tout pendant mes études, on n'entendait absolument pas parler de ça. J'ai connu l'existence des doulas à travers mon métier, mes patientes et d'autres professionnels. »

Enquêteur : « D'accord, très bien et avez-vous déjà rencontré des doulas ? »

Enquêtée 3 : « Non jamais, des patientes que j'ai déjà rencontrées, mais moi jamais. Je n'ai jamais travaillé avec elles. »

Enquêteur : « D'accord, et que pensez-vous du rôle d'une doula ? »

Enquêtée 3 : « Alors, j'ai pas toutes les infos, je me dis que ça peut être un élément complémentaire de tout le suivi qu'il y a de pendant une grossesse notamment parce que souvent, elles sont principalement présentes, à mon sens, pendant la grossesse, je crois que la sage-femme a un rôle quand même beaucoup plus important. Mais c'est pas tout à fait le même rôle et que peut-être que sur certains points ou certaines femmes cherchent d'autres approches, elles peuvent apporter à ce niveau-là. Je reste ouverte. »

Enquêteur : « D'accord et avez-vous déjà rencontré des patientes souhaitant recourir aux doulas ? »

Enquêtée 3 : « J'en ai une, en-tout-cas oui. »

Enquêteur : « D'accord et recevez-vous des patientes souhaitant avoir un accompagnement de leurs grossesses d'une manière plus personnalisée ? »

Enquêtée 3 : « Je n'ai pas de contact avec des doulas, je pense qu'elles s'orientent qu'elles font leur recherche elle-même. »

Enquêteur : « Et avez-vous remarqué une augmentation des demandes d'accompagnement à domicile chez vos patientes ? »

Enquêtée 3 : « Non par contre, une dame est venue me voir, et a parlé des doulas, je pense que c'était pour la préparation à la naissance. Elle est allée voir une doula, mais en gros, c'était pour que le papa participe aussi à la préparation à la naissance et sa sage-femme ne le faisait pas, donc elle s'est orientée vers une doula pour faire ça. »

Enquêteur : « Ok très bien et avez-vous déjà eu des retours de patientes ayant déjà eu recours à une doula ? »

Enquêtée 3 : « Oui, elle était contente, pour revenir à ce qu'on se disait avant, j'en ai déjà rencontré une, mais il me semble, mais je crois suite à la non-vaccination COVID, je sais qu'elle était une ancienne sage-femme et qui n'a pas pu exercer, elle s'est donc orientée vers le métier de doula. Mais je n'ai pas de preuve. En tout cas, votre thématique pour le mémoire est très intéressante, car ça se développe de plus en plus. Mais la crainte que je peux avoir, je peux avoir éventuellement, c'est bah comme y'a pas de formation, en l'occurrence-là, c'est une sage-femme, mais est-ce qu'il peut avoir des dérives si c'est pas encadré... je sais pas trop en fait. Je

crois que je pourrais pas forcément orienter vers quelqu'un bah... sans certainement l'avoir rencontré, c'est certain, mais sans même savoir ce qu'elle font, sur quoi elles se basent pour accompagner la femme, si c'est son expérience personnelle, bah ça peut être dans ce cas-là bénéfique comme négatif, parce qu'il n'y a pas de cadre en fait. Je pense que dans la santé ce qui est important c'est quand même qu'il y a un cadre et que ce soit un cadre productible, même si je sais bien que d'une femme à l'autre c'est pas forcément évident, qu'il faut tout le temps s'adapter. Mais après c'est vrai que les, pour moi les..., les sage-femmes, elles enfin..., elles sont formées de la même manière toutes et après elles peuvent faire des formations supplémentaires pour la préparation à la naissance et avoir une sensibilité différente aussi, sur une hypnothérapie par exemple. »

Enquêteur : « Vous pouvez m'en dire plus ? »

Enquêtée 3 : « Fin, j'ai une amie qui a adoré sa grossesse qui à l'époque n'était pas du tout dans le milieu médical et d'un coup, elle me dit : "ah je veux devenir doula". Alors oui, je peux comprendre, mais c'est compliqué tout de même, enfin voilà ça m'a un peu interpellé, c'est parce qu'elle a adoré la grossesse et finalement, elle s'est vue une vocation pour ça. Je ne sais pas si elle va faire les démarches, mais on ne sait pas ce qu'elles ont comme formation. Et une femme en... enceinte est plus fragile, ça peut être plus difficile aussi selon ce qu'on entend. Quelquefois, une petite phrase peut être vraiment interprétée d'une manière différente pour les femmes, il faut faire attention aussi pendant la grossesse. »

Enquêteur : « Ah oui d'accord, très bien. Merci beaucoup en tout cas d'avoir répondu à mes questions ! »

Enquêtée 3 : « J'espère que j'ai bien répondu aux questions... (rires) »

Enquêteur : « Il n'y avait pas de bonnes ou de mauvaises réponses de toute façon ! »

D. Retranscription de l'entretien avec la femme ayant eu recours à une doula (4)

Enquêteur : « Alors du coup, pour commencer, euh... ça sera quelques questions, sur vous personnellement. Du coup quel est votre âge ? »

Enquêtée 4 : « Ok. J'ai 35 ans. »

Enquêteur : « D'accord. Quelle est votre profession ? »

Enquêtée 4 : « Je suis conseillère principale d'éducation. »

Enquêteur : « Ok, top. Et combien d'enfants avez-vous ? »

Enquêtée 4 : « 2. »

Enquêteur : « D'accord. Vous habitez où ? »

Enquêtée 4 : « À Rezé, près de Nantes. »

Enquêteur : « D'accord. Est-ce que vous avez eu recours à une doula à chacune de vos grossesses ? »

Enquêtée 4 : « Non, seulement la deuxième. »

Enquêteur : « Ok. Et de quelle manière avez-vous trouvé votre doula ? »

Enquêtée 4 : « C'est ma naturopathe qui m'en a parlé, qui a été enceinte euh... avant moi. Et euh... qui a eu recours à [*prénom de sa doula*] la doula. C'est comme ça qu'on l'appelle chez nous « [*prénom*] la doula » (*rires*). Et euh..., et du coup qui m'a dit : « Oh, je pense que ça pourrait t'intéresser et tout ça ! » et donc voilà ! »

Enquêteur : « D'accord, ça marche. Vous connaissiez déjà le terme de doula, avant que votre naturopathe vous parle de ça ? »

Enquêtée 4 : « Euh bah oui grâce aux séries américaines (*rires*) et aux films américains ouais (*rire*). Après, je voyais pas dans les détails, mais j'imaginai un peu, de ce que j'avais vu à travers les films, de..., à quoi ça pouvait... servir. Mais euh... voilà, c'est tout. »

Enquêteur : « Ok, super ! Euh... et du coup, quelles sont les raisons qui vous ont conduite à..., à recourir à une doula ? »

Enquêtée 4 : « Eh bien... déjà, tout ce qui tourne autour de la grossesse et de la naissance, je trouve ça très..., très intéressant. Donc euh... plus je peux en apprendre, mieux c'est. Ensuite l'aperçu que j'avais eu dans les films américains ça... titillait un peu ma curiosité et j'étais persuadée qu'en France ça n'existait pas. Donc euh... le fait de..., de savoir que ça existe euh... bah j'aime aussi tout ce qui est un peu nouveau, voilà, je suis plutôt curieuse ! Et puis euh..., euh l'autre raison qui est finalement la principale raison, c'est que pour nos 2 enfants ont est passé par une PMA et donc c'est..., c'est forcément très médical et que j'avais besoin de compenser avec quelque chose de pas du tout, fin un accompagnement qui serait pas du tout médical. Et euh... en plus d'être passé par une PMA, notre première fille est née prématurément donc à 5 mois et demi de grossesse. Donc, on est repassé par du très médical. Elle est restée 3 mois à l'hôpital, après elle a fait 1 mois d'hospitalisation à domicile. Et ensuite, elle a eu besoin, même si elle va très bien aujourd'hui, elle n'a aucune séquelle, bah... elle a eu besoin de beaucoup de séances de kiné, de beaucoup de suivis au départ euh... justement pour s'assurer que tout allait bien. Et donc beaucoup de médical, et moi, je suis pas..., fin c'est pas trop mon fort, fin euh... voilà, avant de subir une ponction d'ovocytes pour avoir mes enfants, j'avais jamais été opéré, je me suis jamais rien cassé, j'ai de la chance, je suis jamais malade. Donc les médecins, l'hôpital, c'est pas trop mon milieu. Et puis ça m'allait très bien comme ça, parce que... moins j'y vais, mieux je me porte (*rires*), comme beaucoup de personnes. Donc voilà, c'était pour compenser aussi ce... côté trop médical. »

Enquêteur : « Principalement pour compenser le côté trop médical, d'accord. Et quelles étaient vos... attentes envers l'accompagnement d'une doula ? Est-ce que vous en aviez ou pas du tout ? »

Enquêtée 4 : « Eh bien, pas spécialement, en fait. J'avais vraiment envie de découvrir, j'avais vraiment..., euh... non pas d'attentes particulières. »

Enquêteur : « D'accord très bien. Et quels ont été vos critères pour choisir votre doula ? Est-ce que vous avez contacté plusieurs doulas ou est-ce que... une seule ça a suffi ? »

Enquêtée 4 : « Eh bah en fait, du coup comme ma naturopathe... m'a conseillé d'aller vers sa doula et que j'avais entièrement confiance en ma naturopathe, j'ai pas été plus loin. J'ai contacté sa doula directement, voilà. Et j'aime bien aussi euh..., euh... rencontrer des gens comme ça, du bouche à oreille. La naturopathe qui m'a suivi, euh... je l'ai rencontré grâce à... euh... [connaissance] qui travaille sur Nantes, je me suis souviens plus exactement, c'est quoi son titre, mais elle travaille sur tout ce qui est énergie et tout ça. Et je..., j'avais vu lors de ma première grossesse. Et elle m'avait elle-même été conseillé par mon hypnotiseuse, qui m'avait elle-même été conseillé euh... par une très bonne copine. Donc euh... voilà j'ai plutôt tendance à fonctionner comme ça, voilà (*rires*) ! »

Enquêteur : « Ah oui, ça fait une belle chaîne tout ça (*rires*). Ok, génial ! Je vais pouvoir passer plutôt sur le côté un peu plus accompagnement maintenant, avec la doula. Du coup, à quel moment de votre grossesse, l'accompagnement a-t-il commencé ? »

Enquêtée 4 : « Eh bien euh... je crois qu'on s'est vus pour la première fois en... fin novembre... ou début décembre. Euh... ouais ça devait être en décembre. Euh... on a fait le transfert pour [sa deuxième fille], en septembre, ouais mi-septembre. Donc euh... à 3 mois de grossesse environ. »

Enquêteur : « Et ça a été un accompagnement jusqu'à la fin de la grossesse ? Et même après ? »

Enquêtée 4 : « Oui, c'est ça, jusqu'à la fin et même après. Parce que là, on est toujours en contact, on se donne des nouvelles, et tout ça. Et euh... c'était pas un accompagnement régulier. C'était pas une fois par semaine. C'était euh... en fonction aussi euh... de nos questions, de nos besoins. Alors je dis nos questions et nos besoins, mais honnêtement euh... mon conjoint lui, il a un peu suivi le mouvement euh... la..., la première fois, il l'a rencontré parce que bah oui, il était curieux, pour voir, voilà. Mais euh... il ressentait pas le besoin, de temps en temps, il avait des..., des questionnements et tout ça, mais le côté médical, lui suffisait. Donc euh, voilà. Je l'ai vu aussi plusieurs fois toute seule, ouais. Elle a été très présente juste avant l'accouchement, ouais. »

Enquêteur : « Du coup, l'accompagnement a duré combien de temps, à peu près, en globalité ? »

Enquêtée 4 : « En termes d'heures ? »

Enquêteur : « Oui, en termes d'heures, de séances ou de mois ! »

Enquêtée 4 : « Eh bien, donc euh... j'ai commencé, j'étais enceinte de 3 mois et euh... la dernière fois que je l'ai vu pour un..., vraiment un temps, voilà c'était dans son cabinet pour de la réflexologie plantaire bébé. Et donc ça, c'était en septembre, donc un peu moins d'un an. Et puis en termes d'heures, je ne sais pas ce que ça peut donner, ouais en termes d'heures, je serais incapable de dire ! »

Enquêteur : « Ok. Et ça fonctionnait comment c'était sous forme de forfait ou c'était à la séance ? »

Enquêtée 4 : « Eh bah en fait, elle venait..., on convenait d'un rendez-vous et elle venait et puis à la fin de chaque rendez-vous, je lui demandais euh... combien de chèques CESU je lui donnais. Donc elle faisait son petit calcul, voilà. »

Enquêteur : « D'accord. Ça se passait toujours à domicile ou vous alliez aussi la voir ? »

Enquêtée 4 : « Alors on a tout eu. Elle est venue chez nous, euh... elle m'a accompagné à un moment donné euh... à la clinique, sur un temps où mon conjoint ne pouvait pas m'accompagner et euh... j'ai été aussi à son cabinet. »

Enquêteur : « Ok. Et selon vous, quel a été son rôle au cours de votre parcours périnatal ? »

Enquêtée 4 : « Eh bien, en fait, la doula dans notre cas, parce que je ne sais pas si elles fonctionnent toutes pareilles. Mais euh... on a beaucoup échangé, autour de la grossesse, autour de l'accouchement, autour du post-natal. Elle nous a donné des documentations, elle nous a donné des bouquins euh... mais aussi des outils. Je me souviens, elle avait un outil, c'était de très jolies cartes en fait, euh... avec de très belles illustrations euh... pour avoir des pense-bêtes... au cours de l'accouchement. Donc, sur les illustrations, on voyait... une femme enceinte euh... qui était en train de faire un câlin à son conjoint, pendant les contractions. Ou bien, on voyait une femme enceinte... partir en urgence sans césarienne. Mais c'était toujours avec des dessins très jolis, très poétiques, très oniriques euh, donc, voilà. Des dessins qui permettent d'aller vers la visualisation qui..., qui aide beaucoup bah au moment du travail donc c'est plutôt chouette. Euh... hum... qu'est-ce que je disais du coup ? Euh... oui voilà, du coup de l'information. Ça peut être aussi, elle nous a fait aussi des massages donc pour que je puisse en bénéficier, mais aussi euh... elle a appris à mon conjoint, à faire des massages avec des foulards, ça s'appelle du... du rebozo. Elle lui a aussi appris des massages au niveau des pieds, fin de mes pieds, pour apporter de la détente, mais aussi pour accompagner au moment du travail, pour accompagner les contractions. Donc on a pu le refaire. Euh... en postnatal... donc euh... on a fait le... euh... la formation sur la réflexologie plantaire sur le bébé. Elle nous a aussi apporté un repas euh... après l'accouchement voilà, un repas qui rebooste la maman. Elle m'avait aussi donné des petites recettes euh... pour le jour J, de mélange d'huiles essentielles et tout ça, ou de petites choses à prendre avant, en homéopathie, pour détendre, pour accélérer le travail, pour accompagner le travail, voilà. Euh... elle m'a accompagné aussi à la clinique parce que j'ai fait une VME, une version par manœuvre externe, qui consiste à retourner le bébé, parce que le bébé était... en siège. Euh... donc elle était là, avec moi, elle m'a emmené en voiture, avec sa voiture, elle m'a accompagné dans la salle et tout. Donc ce qui fait que j'ai..., y a beaucoup de femmes qui disent avoir mal vécu cette expérience euh... mais du coup, moi, je l'ai bien vécu, je pense, parce que... elle était là, parce qu'on en a discuté avant, parce que j'y suis allée du coup, complètement détendue. Et puis aussi le médecin euh... disait que visiblement, j'avais pas mal de..., de liquide amniotique, ce qui fait que... quand le bébé a été manipulé, bah... j'ai rien senti quoi. Donc euh... voilà, zéro douleur, aucun problème ! Donc voilà. »

Enquêteur : « D'accord génial ! Est-ce que vous savez si..., s'il existe des aides financières pour recourir à une doula ? »

Enquêtée 4 : « Alors euh... je ne sais pas. Par contre, euh... et je ne sais pas si c'est le cas pour toutes les doulas, mais... la nôtre, elle fonctionne avec les chèques CESU. Donc, je ne sais pas si vous voyez comment ça marche les chèques CESU ? »

Enquêteur : « Oui, oui, je connais un peu le principe ! »

Enquêtée 4 : « Eh donc du coup... bah... ça permet de..., d'avoir un..., un coût plus intéressant, ouais. »

Enquêteur : « Ok. Euh... est-ce que vous avez été satisfaite des services fournis par votre doula ? »

Enquêtée 4 : « Complètement satisfaite, ouais. »

Enquêteur : « D'accord. Tout à l'heure, vous m'avez dit, que vous n'aviez pas d'attente avant votre accompagnement. Et nous avons une question qui était : est-ce que vous avez ressenti un écart entre les attentes et la réalité de l'accompagnement ? »

Enquêtée 4 : « Ah oui euh... alors oui euh... en effet, j'avais pas d'attentes. Par contre, par rapport à l'idée de ce que je me faisais d'une doula, euh... pfff... bah l'idée que je me faisais d'une doula, c'était que... c'était une coach euh... une coach de grossesse. Et ça l'a été, mais après euh... dans les... j'essaye de me remémorer dans les films et séries américains que j'ai vu, c'était souvent des femmes qui choisissaient d'accoucher à la maison et donc la doula est là aussi, autour de la piscine pour coacher la maman et tout ça. Bon moi, j'aurai adoré faire ça, mais mon conjoint était pas du tout partant voilà au vu de ma première grossesse. Voilà, il..., il avait peur et comme euh... il s'est laissé embarquer dans pas mal de choses que j'ai voulu faire pour la deuxième grossesse, à savoir le chant prénatal il m'a accompagné, le yoga prénatal il m'a accompagné, alors que c'est pas spécialement son délire à la base. Donc je me suis dit que je ne pouvais pas non plus, tout lui imposer (rires), donc j'ai fait une croix sur le..., l'accouchement à domicile (*rires*). Et euh... de toute manière, le siège est une contre-indication à l'accouchement à domicile. Donc même s'il avait été partant, ça n'aurait pas pu être possible. Ensuite euh... [*prénom de sa doula*] nous a dit que..., que si on souhaitait elle pouvait être présente, euh... dans..., à la clinique. Euh... donc moi, j'étais hyper partante parce que je m'étais dit, plus... fin non pas plus y a de monde autour de moi, mais plus y a de gens euh... que j'apprécie et qui me soutienne autour de moi, et puis toujours dans cette idée de contre balancer le côté trop médicalisé quoi. Donc euh... ça me plaisait bien, mais mon conjoint n'était pas partant, parce qu'il avait..., il avait peur de..., que sa présence euh... efface son rôle. Et il tenait à remplir son rôle entièrement, d'autant plus que... il n'avait pas pu le remplir euh... lors de la première naissance, puisque... quand [*sa première fille*] est née, j'étais à 300 km de chez nous, donc il était pas là. Et donc euh..., bah... je comprends tout à fait et j'avais surtout pas envie qu'il ait l'impression qu'on lui pique sa place ou quoi que ce soit euh... et je comprends qu'il avait très envie de pouvoir profiter de ce moment-là. Donc euh du coup, euh... le sujet a été vite écarté, voilà. Et je repense aussi à autre chose aussi qu'on a fait avec [*sa doula*] qui était hyper chouette, c'est qu'on a fait un... et je n'y avais pas pensé en fait, et euh... c'est quelque chose que je n'avais pas prévu, mais qui m'a fait beaucoup de bien en fin de grossesse, on a fait un moulage de mon ventre. Euh... je savais que ça existait, mais je voyais pas trop l'intérêt, je me disais euh..., fin je comprenais que d'autres femmes le fassent, mais ça faisait pas partie de mes... priorités, dans tout ce que j'avais envie de faire. En fait, y a plein de choses à faire quand on est enceinte, y a plein de trucs trop bien et... il faut choisir quoi (*rires*), donc voilà. Et euh... l'occasion s'est présentée... elle, elle l'avait jamais fait donc elle avait envie d'essayer euh... moi je me suis dit pourquoi pas. En plus, c'est arrivé à la fin de ma grossesse aussi où j'avais d'autant plus besoin de..., de trucs sympas comme ça et non-médical... médicaux, non deux choses, donc médicales (*rires*). Parce que du coup, bébé en siège euh... avec une grosse estimation de poids et donc euh... la gynécologue qui me suivait, parce que du coup, j'ai eu un

suivi par une gynécologue et pas exclusivement par une sage-femme, parce que la prématurité de la première grossesse (*pires*). Et du coup, la gynécologue était très insistante pour que je fasse une césarienne, fin pour que je subisse une césarienne. Là le mot subir, est bien plus approprié que pour la ponction d'ovocytes, je me rends compte. Et donc euh... je voulais pas, parce que le bébé était pas en danger, j'étais pas en danger et tout ça, et j'avais envie d'aller jusqu'au bout de ma grossesse, j'avais envie d'accoucher par voie basse. Donc euh... il a fallu que je me batte un peu contre ça et j'ai un peu le sentiment qu'on m'a volé, fin que le corps médical m'a volé mon apaisement de fin de grossesse et aussi euh... du coup ma naissance. Parce que du coup, même si [*sa deuxième fille*] est née avant l'estimation des 3, 8 kg, qui est la condition pour accoucher en siège, par voie basse, eh bien ça s'est quand même soldé par une césarienne. Donc voilà, mais euh... c'était super cool de faire ce..., ce modelage ouais, je suis super contente de l'avoir fait, ça m'a fait du bien. Et je sais que je vais le... quand [*sa deuxième fille*] sera en âge de faire des dessins... elle pourra dessiner dessus et on pourra l'accrocher dans sa chambre. Je suis très contente de l'avoir fait, ouais, hum. »

Enquêteur : « Ok. Ah ouais, ça doit être super sympa à faire ! »

Enquêtée 4 : « Ouais, c'était cool ! »

Enquêteur : « Du coup pendant votre parcours périnatal, vous avez vu la gynécologue, la doula et une sage-femme aussi, c'est ça ? »

Enquêtée 4 : « Euh, alors ouais (*pires*). En fait, j'ai... quand... parcours PMA, c'est un suivi par une gynécologue et une sage-femme. Euh... ça a fonctionné, donc euh... à partir du moment où la prise de sang est positive, on a rendez-vous après... au bout de... que je dise pas de bêtises, euh... 6 semaines, ouais, c'est ça, ça fait 1 mois et demi. On a rendez-vous au bout de 6 semaines pour voir..., pour faire un contrôle, pour voir si le..., l'embryon euh... est au bon endroit. Donc une fois que ça, c'est validé, en fait, on passe en parcours normal entre guillemets, ordinaire quoi. Et donc à Jules Verne, parce qu'on a fait la PMA à Jules Verne, ils nous ont dit que comme on avait fait la PMA à Jules Verne, c'était plus simple qu'on soit suivi par une gynécologue à Jules Verne, surtout au vu de..., de notre passif euh... avec [*sa première fille*] qui est née prématurément. Et donc euh... on peut pas rencontrer directement une gynécologue, ça passe d'abord par une sage-femme. Donc on a rencontré une sage-femme euh... pour l'écho des 3 mois qui nous a dit que tout allait bien, que c'était super, mais que du coup, au vu de ce qui c'était passé pour ma première grossesse, il fallait qu'elle demande l'avis d'une gynécologue, etc. Donc euh... comme ils sont en sous-effectif, bah... ça prend un peu de temps et donc 1 mois après j'ai eu le rendez-vous avec la gynécologue. Et là, en fait, la gynécologue a fait le point et nous a dit que ça serait elle qui ferait noter suivi... tout au long de la grossesse. Et j'ai été très suivi, parce que j'ai eu des rendez-vous tous les 15 jours pour vérifier euh... mon col, voilà. Et euh... comme c'était toujours très médical et que moi j'avais en tête, d'accoucher de manière physiologique et que ça me tenait vraiment à cœur, voilà. Donc j'ai fait du chant prénatal que j'avais déjà fait pour ma première fille, qui se fait avec une sage-femme, donc là... on a des techniques euh... pour gérer les contractions avec les vocalises etc. Mais elle répond aussi à toutes les questions qu'on peut avoir si la grossesse ou sur l'accouchement qu'on peut avoir en général. Donc euh... on fait pas que chanter, on a plein d'échanges aussi donc voilà. Euh... j'ai fait du yoga prénatal donc ça c'était pas avec une sage-femme, mais par contre ça..., j'ai fait ça à la clinique Bretéché et euh..., parce que y avait plus à la clinique Jules Verne. Et euh... à la clinique Bretéché, j'ai une copine qui a accouché là-bas de manière physiologique et tout, comme elle voulait. Et en fait, elle avait fait la technique Bonapace, et ça, on l'a fait aussi du coup, et ça, c'était avec une sage-femme, qui est vraiment trop bien d'ailleurs. Euh...

celle du chant prénatal est vraiment bien aussi. Et puis euh... j'avais le droit à un... rendez-vous au huitième mois de grossesse, avec une sage-femme de la clinique Jules Verne, euh... pour parler de tout ce qui est projet de naissance et tout ça, parce que la gynécologue avait pas trop le temps de faire ça, fin on en a parlé, mais genre 10 minutes quoi (rire). Donc j'ai rencontré..., on a rencontré une autre sage-femme, ce qui était chouette à ce moment-là, c'est qu'elle nous a fait visiter les salles d'accouchement, donc ça, c'était cool. Euh et puis... après... je réfléchis..., j'avais autre chose à dire par rapport aux sage-femmes (*rires*). Euh... ah oui j'ai vu des sage-femmes, parce que j'ai fait de l'acuponcture, donc là c'étaient des sage-femmes aussi. Donc là, c'est toujours aussi l'occasion de discuter. Et puis après une sage-femme en post-natal, qui était en libéral, qui m'a été conseillé par ma doula. Et elle est hyper bien et que je... fin, je..., j'ai rendez-vous avec elle la semaine prochaine, voilà. »

Enquêteur : « Et du coup, chaque professionnel de santé, avait un rôle différent dans votre accompagnement ? »

Enquêtée 4 : « Ouais, oui, bah parce que la doula, elle gère pas du tout le côté médical en fait. Elle..., elle joue..., elle..., elle est surtout sur le plan euh... émotionnel, affectif euh... et puis elle a..., comme du coup, on est pas là pour parler du médical, il y a le temps de parler de tout le reste. Euh... même si, avec le chant prénatal et la méthode Bonapace par exemple, on parle de... hum... on parle pas que du médical, mais euh... c'est quand même différent. C'est un peu dur à expliquer pourquoi, mais euh... c'est quand même un peu différent quoi. Par exemple avec la doula, on va aller aussi euh..., fin en fait, on apprend vraiment à connaître quelqu'un euh... je connais plein de choses de sa vie privée, parce qu'en fait, on échange euh... presque comme si on était amie, en fait finalement. Alors que... euh... avec la sage-femme, on va être beaucoup plus..., c'est plus formel. Ouais, ça reste plus formel, même si j'ai eu affaire à des sage-femmes très bienveillantes et très voilà, mais c'est plus formel. Et d'ailleurs les sage-femmes que j'ai vues, à part celle qui nous a suivi en post-natal, euh... les sage-femmes que j'ai vues, bah... je les ai vues sur le lieu de travail. [*Sa doula*] elle est plus souvent venue à la maison. Et puis c'est beaucoup plus large quoi, euh... je sais que [*sa doula*] elle nous a proposé de garder notre fille pendant..., le jour de l'accouchement, elle nous a proposé de venir faire du ménage chez nous après l'accouchement, fin, voilà, c'est beaucoup plus large. »

Enquêteur : « Et du coup la gynécologue, elle, son rôle dans tout ça, c'était quoi ? »

Enquêtée 4 : « Euh... nous mettre la pression (*rires*), nous faire flipper (*rires*). Euh... la gynécologue elle reste vraiment dans son côté très médical quoi, très médical, très, très médical, ouais. Euh... des chiffres, j'irais même jusqu'à dire du rendement, parce que même à la fin, cette histoire de césarienne prévue d'office, euh... elle m'a clairement dit, bah en fait, je lui ai dit : " Je vois pas pourquoi j'empêcherais mon enfant de choisir du jour de sa naissance et que je m'empêcherais de profiter de ma grossesse ! ". Parce que du coup [*sa deuxième fille*] était prévue pour le 12 juin et à partir de pratiquement mi-mai, elle a commencé à me parler de césarienne programmée d'office, et euh... à faire, pas le 12 juin, mais avant quoi ! Je lui ai refusé deux rendez-vous, elle m'a appelé euh... fin je me souviens, elle m'a appelée un week-end, un samedi, je crois ou un vendredi soir, je sais plus, mais j'ai trouvé ça assez intrusif, très insistant en me disant que, c'était plus facile pour le corps médical de programmer des césariennes, c'est un confort... euh... je trouve ça très grave de dire a en fait, ça me met très en colère euh... c'est... c'est une... industri... industrialisation euh... des naissances et euh... c'est inhumain de faire ça. Euh... y a plein de pays où ça se fait automatiquement, comme en Colombie, comme à..., à... Singapour, mais c'est pas du tout une bonne chose. Euh... déjà, parce qu'on empêche d'apprendre aux femmes à..., à accoucher tout simplement, en fait, on va perdre nos

compétences et je..., je pense qu'on enquiquine suffisamment les femmes comme ça à travers beaucoup de société, et sur plein de plans, donc je pense qu'on peut au moins leur laisser ça. Euh... et puis je pense aussi que pour les enfants, ce n'est pas une bonne chose de leur imposer leur moment, sauf s'il y a danger, bien sûr, un moment s'il y a danger, oui bien sûr, c'est ce qu'il faut faire. Euh... je dis pas qu'il faut jamais faire de césarienne attention, s'il y a danger bien sûr, danger de la maman ou du bébé, bien sûr, il faut le faire. Mais sinon il faut laisser la nature décider d'elle-même aussi, c'est très important ! Donc, voilà, oui la gynéco, elle était très là-dessus, y a eu une deuxième gynéco, celle qui m'a fait la VME, qui a fini le rendez-vous en disant qu'il fallait prévoir une césarienne, mais je lui ai dit que le bébé n'était pas en danger et que moi aussi, j'allais bien. Mais elle m'a dit que pour eux, c'était beaucoup plus simple, fin voilà. Donc euh... grosse déception sur le côté médical, et en même temps, j'avais vu un tas de choses qui..., un tas de bouquins, qui notamment euh... la super BD « La naissance en BD », de Lucie Gomez, y a 3 tomes. Elle a écrit cette BD avec l'aide de sa sage-femme. Et euh... donc voilà quoi, et je crois qu'elle parle vite fait des doulas dedans, mais je suis pas sûre. Et donc j'avais lu elle, et d'autres, et en fait, euh... voilà ce sont des auteurs qui disaient de faire attention et de ne pas se laisser faire, tant que le bébé n'était pas en danger, de ne pas tout accepter du corps médical, qui fait selon leur confort à eux et ne prennent pas du tout en compte la..., la personne, quoi, donc voilà. Donc c'était ça la gynécologue, donc du coup, j'avais peur de ça, c'est pour ça qu'au départ, bah... j'avais pas hyper envie d'être suivi par une gynécologue, mais j'ai pas eu le choix..., fin si je pouvais toujours dire non, mais c'est vrai que, au vu de..., de ma première grossesse, je voulais pas non plus euh... prendre un..., des risques inconsidérés ou quoi que ce soit. Donc j'ai accepté ce suivi, et j'ai été déçu, voilà, elle a été exactement comme ce que je craignais, voilà. Et j'étais d'autant plus déçu que, pour la petite histoire quand même, la..., la maison de la naissance à Jules Verne, c'est l'ancienne maison de la naissance de Saint-Sébastien-Sur-Loire qui a été, pour l'époque, il y a 30 ans, très avant-gardiste, très nature, très pro accouchement physiologique et allaitement, et donc voilà et... qui était censée normalement avoir gardé cette dynamique-là, mais voilà. »

Enquêteur : « D'accord. Et vous avez vu d'autres professionnels en dehors de ceux-là ? Vous parliez d'une naturopathe tout à l'heure. »

Enquêtée 4 : « Oui, oui, ma naturopathe. Euh... même avant la grossesse, elle m'a donné des petits trucs pour favoriser euh..., je suis désolée, je suis extrêmement fatiguée donc j'ai les mots qui m'échappent, mais euh..., pour favoriser ma fertilité, pour favoriser les..., les transferts d'embryon, donc voilà. Après, en début de grossesse, elle m'a donné des trucs pour que les nausées soient moins fortes, pour consolider, fin favoriser la..., l'accrochement, euh... non, l'accrochage plutôt, euh... de l'embryon. Et après quand le fœtus était plus gros, des petites choses pour consolider les os du bébé, pour avoir un apport en fer qui soit suffisant, pour calmer tous les maux de la grossesse, que ce soit l'insomnie, les aigreurs d'estomac, etc. Et puis en fin de grossesse, elle m'a donné des trucs pour préparer l'accouchement, commencer le travail tout doucement, accompagner le travail et pour le jour J aussi. Et puis même pour après donc euh, voilà. Et euh... un ostéopathe car une séance d'ostéopathie peut faire retourner le bébé, mais ça n'a pas marché (rire), mais euh... c'est quand même pas désagréable euh... et je l'ai vu après parce que Mahé l'a vu, 2 fois, elle a fait 2 séances. »

Enquêteur : « Ok, c'est super intéressant. Euh... J'ai une dernière question à vous poser. Si vous envisagez une autre grossesse, est-ce que vous ferez appel à une doula de nouveau ? »

Enquêtée 4 : « Oui, oui. Je rappellerai [*sa doula*], oui, c'est sûr. Et j'ai eu CHU, je retournerai pas à la clinique Jules Verne, parce qu'en fait, je suis arrivée un samedi, il y avait une seule

gynécologue. Alors je sais pas s'il y a une seule gynécologue les autres jours, mais là, on était samedi, un week-end, avec le lundi férié. Et elle m'a dit : " Moi les accouchements en siège, bah je sais pas faire ". Voilà, donc avoir une césarienne parce que je suis face à un personnel qui sait pas faire, qu'est pas formé, c'est un peu les boules. Et je me dis qu'au CHU, en général y a plus spécialités, y a plus de monde, y a peut-être plus de possibilités de voilà, peut-être que ça aurait pas été différent, mais peut-être que ça l'aurait été je sais pas. »

Enquêteur : « Est-ce que vous conseillerez du coup l'accompagnement qui a fait par une doula ? »

Enquêtée 4 : « Ah oui, oui, oui, c'est sûr ! C'est vraiment chouette. »

Enquêteur : « J'ai fini avec mes questions. Merci beaucoup en tout cas pour le temps que vous m'avez accordé et d'avoir répondu aux différentes questions. C'est vraiment très gentil de votre part. »

Sous-partie 2 : Guide d'entretien et retranscriptions des entretiens à usage principal

I. Guide d'entretien à usage principal à destination des femmes ayant ou ayant eu recours à une doula au cours de son parcours périnatal

Question de recherche : « Pour quelles raisons certaines femmes font-elles appel à des doulas au fil de leur parcours périnatal ? »

1. Présentation de l'enquêté :

- Quel est votre âge ?
- Quelle est votre situation familiale ? (En couple, mariée, seule ?)
- Quelle est votre profession ?
- Quelle est la profession de votre conjoint ?
- Combien avez-vous d'enfants ?
- Où habitez-vous ?

2. Les raisons du recours à une doula :

➤ Modalités de recours :

- Comment avez-vous eu connaissance de l'existence des doulas ?
- De quelle manière avez-vous trouvé votre doula ?
- Qui vous a orienté vers une doula ?
- Sur quels critères avez-vous choisi cette doula ? (Affiliation à l'Association Doulas de France)

➤ Raisons du recours :

- Avez-vous eu recours à une doula pour chacune de vos grossesses ?
- Quelles sont les raisons qui vous ont conduite à recourir à une doula ? / Pourquoi avez-vous eu recours à une doula ?
- Quelles attentes aviez-vous envers la doula avant le début de l'accompagnement ?

3. L'accompagnement d'une doula :

- À quel moment de votre parcours périnatal, l'accompagnement de la doula est-il intervenu ?
- Pendant combien de séances, la doula vous a-t-elle accompagné ?
- Qu'est-ce que la doula vous propose ou vous a proposé ? Que s'est-il passé pendant vos séances ?
- Les séances se passaient-elles à votre domicile ?
Si non, où se passaient-elles ?
- Quel a été le rôle de la doula au cours de votre parcours périnatal ?
- La doula était-elle présente à l'accouchement ?
Si oui, pour quelles raisons ?
Si non, pourquoi ?
- Est-ce que la doula vous accompagne exclusivement ou est-elle également présente pour votre mari/conjoint ?

4. Financement/budget :

- Existe-t-il des aides financières pour recourir à une doula ?
- À combien est estimé le coût de l'accompagnement ?
- De quelle manière avez-vous réglé vos séances ?

5. Autres accompagnements :

- Étiez-vous suivi par d'autres professionnels lors de votre grossesse, de l'accouchement ?
Si oui, comment avez-vous vécu cet accompagnement ? (Réactions)
- Qu'est-ce qu'une doula vous apporte de plus que votre entourage (les proches, la famille, etc.) ?

6. Retour sur l'accompagnement/les services :

- Êtes-vous satisfaite des services fournis par la doula ?
- Avez-vous perçu un écart entre vos attentes et la réalité de la prestation ?
- Conseilleriez-vous cet accompagnement à votre entourage ?
- Referiez-vous appel à une doula ?

II. Retranscriptions des entretiens à usage principal

A. Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée A

Enquêteur : « Pouvez-vous, si vous le voulez bien, me donner votre âge ? »

Enquêtée A : « 43 ans. »

Enquêteur : « D'accord, quelle est votre situation familiale ? »

Enquêtée A : « Mariée, 3 enfants. » (*Rires*)

Enquêteur : « Ok, quelle est votre profession ? »

Enquêtée A : « Prothésiste dentaire. »

Enquêteur : « D'accord, et celle de votre conjoint ? »

Enquêtée A : « Euh... alors il est contrôleur qualité, mettez contrôleur qualité, euh, enfin... c'est un peu compliqué. » (Rire)

Enquêteur : (Rire) « C'est dans quel domaine ? »

Enquêtée A : « Dans l'assainissement. »

Enquêteur : « Dans l'assainissement. Ok, très bien. Euh alors bah du coup combien avez-vous d'enfants ? j'en conclus 3, du coup ? »

Enquêtée A : « Alors, moi j'en ai trois, un... un seul avec lui, le dernier, et les deux autres trois papas. En fait, J'ai trois enfants, trois papas et trois accompagnements totalement différents, donc d'où euh d'où... mon recours à la doula pour le troisième. »

Enquêteur : « D'accord, Ok ! Très bien, et euh... où habitez-vous ? »

Enquêtée A : « À Talange. « T » Comme Thomas, « A », « L » comme Ludovic, « A », « N » comme Nicolas, « G » comme Gérard et « E » comme Emilie.

Enquêteur : « Ok très bien. Alors euh... comment avez-vous eu connaissance de l'existence des doulas ? »

Enquêtée A : « Euh ben par connai... par rapport à des amis à moi qui travaillent en fait, dans la communication bienveillante euh qui faisait l'instruction à domicile, qui étaient très portés, en fait, sur euh tout cet univers-là et euh... lors de cette deuxième grossesse donc en deux mille dix... j'ai accouché en 2020, mais en 2019, euh... je m'étais retournée vers les doulas. Manque de chance, j'ai accouché en plein confinement donc euh... je n'ai pas pu faire d'accompagnement avec une doula. Je n'ai pas pu bénéficier de TOUS les services prénataux et euh... postnataux, en fait, au final. Quand, j'ai accouché en avril-mars, j'étais en plein confinement et euh... donc euh... quand je suis tombée enceinte de mon 3^e, euh... c'était, j'en avais, j'en avais beaucoup parlé avec mon mari et euh... ayant très mal vécu mon 2^e accouchement, parce que j'ai accouché quasiment seule, en fait, euh j'ai voulu absolument, j'ai pas voulu rester seule en fait. Mon but, c'était de, de pas être seule en fait pour euh... pour mon travail, ou pour l'accouchement, mais ça de toute façon, je savais que le papa serait là, mais euh... c'était vraiment de pas euh... de de nous décharger, mon mari et moi, de tout le stress en fait, euh... lié au travail et qu'on soit concentrés en fait que sur nous et que tout ce qui a à côté, tous les les les crises de panique, l'angoisse, la douleur et tout ça. Qu'on puisse être accompagnés pour gérer tout ça en fait. Sans avoir à se préoccuper du reste. »

Enquêteur : « D'accord, ok, et euh... de quelle manière avez-vous trouvé votre doula ? »

Enquêtée A : « Euh... Ah bah, alors là, c'est les réseaux sociaux, les connaissances et... donc comme j'avais déjà pris contact avec elle en 2020, elle m'avait aiguillé un peu sur mon allaitement, des choses comme ça. J'ai pris contact avec elle euh... euh... au cours d'un atelier qu'elle faisait en fait, pour les jeunes, les femmes enceintes et les... Les jeunes mamans et donc je suis allée à cet atelier-là et suite à cette rencontre-là, j'ai décidé de faire un accompagnement complet en fait donc jusqu'à l'accouchement. Euh... elle était avec moi... elle était avec moi pendant le travail et tout ça... et on s'est battu hein, faut la faire accepter parce que... voilà.

Mais euh... et donc euh... donc voilà, du coup j'ai pris contact avec elle, parce que je la connaissais déjà euh... en arrière quoi. J'avais déjà eu affaire à elle. »

Enquêteur : « Hum... Est-ce qu'elle travaillait particulièrement avec des professionnels ou... Elle avait peut-être un réseau, déjà, de professionnels ? »

Enquêtée A : « Alors... Elle a déjà fait une, une année d'école de sage-femme donc elle était déjà euh... Assez euh... C'est un peu ce qui m'a rassurée aussi en fait, c'est le fait que bien... elle sait de quoi elle parle déjà, on sait déjà qu'elle est déjà un peu du milieu donc... donc elle, elle sait déjà tout ce qui concerne l'univers de la femme et euh... en fait, elle était si vous voulez bah elle est toujours d'ailleurs, très active sur les associations pour l'allaitement... pour le portage... pour, pour tout ça, et ça fait quand même une dizaine d'années maintenant qu'elle est là-dedans. Ça fait plusieurs années qu'elle est que doula, qu'elle a arrêté toute autre activité professionnelle. Et... euh... et donc en fait... le, je, je savais que c'était quelqu'un qui... qui était de confiance et puis la relation de confiance de toute façon s'est installée quand on l'a rencontré avec mon mari, quand on a beaucoup discuté... euh... voilà, on voyait... autant il y en a, elles ne savent pas de quoi elles parlent du tout, donc elles font tout de travers. Autant, on a vu que [Nom de la doula], elle était vraiment sérieuse et qu'elle, qu'elle savait vraiment de quoi elle parlait quoi et qu'elle a su rester à sa place, voilà. Que ce soit avec nous ou avec le, le personnel soignant. En fait, c'était surtout ça nous aussi, ce que l'on recherchait. J'ai pas voulu... j'ai pas voulu extraire le, le médical. Auquel cas, j'aurais accouché à la maison et voilà et c'était réglé. Mais euh... on voulait vraiment quelqu'un qui reste à sa place et qui... qui ne nous fasse pas faire l'impasse sur des choses médicales qui étaient nécessai... la preuve, j'ai accouché en urgence par césarienne donc elle a parfaitement su rester à sa place, voilà. Donc c'était... on voulait vraiment que tout se passe... euh BIEN en fait, avec euh... avec le personnel soignant, avec tout quoi. »

Enquêteur : « Ok. Hum...alors on avait posé une question, alors, je ne sais pas si elle va vous inspirer un petit peu étant donné que vous avez rencontré votre doula, en tout cas euh... sur des réunions euh... mais sur quels critères avez-vous choisi cette doula ? Est-ce que vous en avez vu plusieurs ? Est-ce que vous avez recherché davantage ou euh... ça s'est fait instinctivement peut-être ? »

Enquêtée A : « Bah écoutez, c'est... C'est beaucoup en lisant en fait, et puis j'ai pas vraiment cherché d'autres doulas, parce que j'ai... j'ai... elle m'a vraiment inspiré confiance tout de suite en fait. Peut-être que si j'avais pas... si elle m'avait pas inspiré confiance, peut-être que je serais allée... regarder ailleurs, mais euh... je, je me suis beaucoup intéressée aussi sur euh... sur les gens que je connaissais qui avaient été en contact avec elle qui euh... qui avaient déjà des témoignages à rapporter donc pas forcément sur leurs propres histoires avec elle mais sur les accompagnements qu'elle avait pu avoir... sur sa présence dans les associations et tout ça, ou ils avaient déjà pu la rencontrer, sans forcément avoir eu... avoir affaire à elle en tant que doula, en fait. Ils ont... c'est plus des, des gens qui me l'ont recommandé, euh... qui ont eu affaire à elle pendant l'allaitement, pendant le..., des, des séances de portage... des choses comme ça, pour des... à côté mais, j'ai pas rencontré de maman en fait, qui avait déjà eu affaire à elle, voilà. C'est vraiment c'est vraiment le bouche-à-oreille en fait qui m'a dit : “ Tu peux lui faire confiance, tu peux y aller ” euh... voilà, “elle est cool ”. Ouais... voilà. »

Enquêteur : « D'accord, ok. Est-ce que par exemple, tout ce qui est Association doulas de France, vous, ça vous a... par exemple... inspiré pour choisir votre doula ? Ou je ne sais même pas si votre doula est associée à l'association. »

Enquêtée A : « Alors... bah vu qu'on en... qu'on en parle, maintenant, parce que je suis dans le 57, je ne sais pas... vous, vous êtes... vous êtes de Nancy, non ? C'était Nancy, oui je crois... »

Enquêteur : « Hum... nan, c'était Bretagne, Morbihan. »

Enquêtée A : « Bretagne, ah d'accord ok. Euh... nous on est en Moselle et... justement... elle est... justement en train de... suite... suite... euh... à mon accouchement, parce que je lui ai fait mettre euh... vraiment UN pied dans les salles de naissance, en fait, qu'elle n'avait pas jusque-là. En fait, mon... mon... mon accompagnement avec elle, lui a permis ça dans l'hôpital, donc, en tout cas dans lequel j'ai accouché. Et euh... elle est justement en train de mettre en place euh... avec plusieurs doulas euh... “ Les doulas de Moselle ”. C'est-à-dire, pour vraiment faire reconnaître euh... le, le... le statut de doula au, au... au... voilà, au sein des maternités et des hôpitaux... et euh... et c'est vrai qu'elle m'en avait déjà parlé hein, pendant mon accompagnement et donc là, c'est vraiment en train de se faire, en train de se concrétiser. Elles sont plusieurs doulas, en fait, à se réunir et à... à faire ça. Et c'est vrai que... je pense que... pour les faire accepter... en tant que parent, c'est vraiment le feeling en fait qu'elle fasse partie d'une association ou pas, je pense que c'est vraiment le feeling avec la personne, ça va être comme avec une sage-femme, avec un gynéco quoi que ce soit... ça va vraiment être le feeling avec la personne mais c'est vrai que... que le fait d'appartenir... voilà, à une euh... la... euh comment on dit... voilà les associations des doulas la France où là en l'occurrence des doulas Moselle, n'importe quoi hein, une région ou quoi que ce soit, je pense que c'est beaucoup plus important au niveau du personnel soignant en fait... au niveau des... au niveau, du justement du médical pour... les... du côté sécurité en fait. Voilà de dire : “ Bah voilà, c'est pas n'importe qui, c'est pas... euh... c'est pas une qui se proclame doula comme ça sans avoir rien fait, sans avoir euh... des stages, des diplômes ”, des choses, voilà, qui lui... voilà... qui lui fait de dire qu'elle sait de quoi elle parle et qu'elle sait ce qu'elle fait quoi. Parce que les associations exigent maintenant des... des... voilà des... des certains stages, certaines formations, qu'elles sont obligées d'avoir, qui font qu'elles peuvent dire “ Voilà, je suis une doula ”. Et je pense que ça c'est important. Pour les faire accepter ELLE, et après, en tant que parent, ça va être au feeling quoi. »

Enquêteur : « D'accord, oui au feeling. Et bien... alors nous, on avait formulé une question... mais du coup je vais un petit peu la reformuler... alors moi, J'avais marqué : “ Avez-vous eu recours à une doula pour chacune de vos grossesses ? ” ? mais vous m'avez dit donc “ 3 accompagnements différents ”. Est-ce que ça ne vous dérange pas de me les... me les préciser, du coup, ces accompagnements ? »

Enquêtée A : « Ben... ben... mon premier c'était en 2008 donc il y a 15 ans, j'ai eu... j'étais toute jeune hein... euh... césarienne programmée parce qu'il était en siège donc bon bah j'ai pas eu le choix hein je suis rentré à l'hôpital la veille... le lendemain, paf, paf césarienne... Donc bon, on fait un peu le deuil en fait, si vous voulez de... de... de l'accouchement naturel par voie basse... où on part en catastrophe de la maison et tout ça. Donc euh... quand je suis retombée enceinte en 2019... bah forcément bon bah cette fois je vais accoucher par voie basse parce que j'avais la possibilité de le faire. Et... euh... bah manque de pot, euh... voilà la préparation à la naissance euh... coupée en plein milieu... à... au niveau du confinement donc tout s'est arrêté. Donc euh... je me suis retrouvée... euh... je me suis retrouvée à rentrer en mat... à la maternité en plein TRAavail, toute seule, pendant euh... toute une nuit donc de 00h00 à... à... à 11h00 du matin, j'ai travaillé toute seule. C'était juste horrible, parce que... voilà, j'ai..., j'ai..., voilà... je..., le contexte, bah je vous laisse imaginer en fait

le...le...les...les... les conditions en fait des contractions toutes les 5 minutes, et t'es toute seule dans ta chambre et tu peux rien faire quoi... Et... et... j'ai très mal vécu mon accouchement. J'ai accouché par voie basse, c'était difficile... mais euh... j'ai très mal vécu mon accouchement, parce que le papa est... venu, ben quand je suis... quand j'ai eu la péridurale et il est reparti quand on m'a remonté en chambre en fait. Euh... Et donc en fait... J'ai beau... j'ai... je me suis sentie totalement seule, j'avais déjà pas le papa, j'avais... il y avait pas de visite ni rien, donc j'ai vraiment mal vécue euh... aussi bien bah mes... mes derniers mois de grossesse que... que l'accouchement... que le post-partum en fait. Et puis un post-partum en confinement (Rire), c'est pas pareil. Donc c'était une accumulation de plein de choses... qui faisait que euh... que j'ai eu envie en fait, d'essayer euh... une...une autre approche et de pouvoir gérer, parce que j'ai pas du tout géré ma douleur pour mon 2ème accouchement, donc pour mon 3ème accouchement, je voulais VRAIMENT en fait, faire un travail... efficace, quitte à souffrir autant que ce soit efficace et autant que euh... voilà, que ça serve, et j'avais bien compris, pendant mon 2ème accouchement que les sage-femmes euh... même si elles veulent être disponibles, elles... elles peuvent pas, elles ont beaucoup trop de femmes à gérer. Euh, mon mari... mon mari il est beaucoup trop bileux, en fait, pour euh... bah pour pas se faire de soucis. En fait, je..., je pense qu'il était... qu'il était... parce qu'il était dépassé lui aussi, mais justement... je ne l'ai pas... parce que ma doula était là et m'a accompagné. Elle l'accompagné LUI AUSSI... donc du coup euh, j'ai pas senti en fait, son stress à lui. Je pense que je l'aurais senti si elle n'avait pas été là. Et voilà et donc, je voulais vraiment pousser au maximum, j'étais fière de moi, j'ai tenu jusqu'à 7 cm euh... voilà... avant de mendier la péridurale donc je pense que le... le boulot que... que ça a fait son taf quand même. Et euh... je pense que c'est important de...de pas vivre ce moment-là que euh... que... avec son mari, qui quelque part euh... il n'y connaît rien le pauvre quoi et... même si... voilà... je pense que d'être euh... avec une... si on pouvait... si j'avais pu avoir une sage-femme rien que pour moi... pendant ces 24 heures là que j'ai passé à l'hôpital euh... bah... j'aurais dit : " Ok, ok, donnez-moi une sage-femme" mais comme c'est pas possible, j'avais vraiment besoin de cet accompagnement-là. Et j'ai vraiment fait des pieds et des mains. J'ai eu... je suis tombée sur une gynéco... junior... au top, qui a vraiment... soutenue mon projet de naissance, qui a vraiment plaidé ma cause. J'ai vu euh... la cheffe de service euh... voilà... euh... des salles de naissance. J'ai vu la cheffe de service de... bah... du groupe de sage-femmes en accompagnement euh... gynéco, pour vraiment que tout le monde comprenne pourquoi je voulais cet accompagnement-là, et quelle était la place de chacun. Et euh... je pense que pour le personnel soignant, c'était vraiment important de savoir que EUX allaient avoir leur place, et qu'on n'allait pas les contredire, en fait. Que s'il y avait une urgence, les... les laisser intervenir... et ça pour moi, c'était parfaitement défini dans ma tête. Et je pense que... voilà, c'est... j'ai... récemment, j'ai entendu qu'une doula... bah que... un l'hôpital, je ne sais plus quel hôpital à interdit les doulas en fait, euh... dans leur euh... dans leur établissement, parce que justement une doula c'est peut-être euh... un peu trop pos... Posé face au personnel soignant en oubliant que voilà quand ils préconisent des choses, c'est aussi pour le, le... le bien-être de la maman et... et du... du bébé et que faut savoir... faut savoir aussi écouter tout ça, et euh... refuser certains actes, alors qui sont nécessaires ou qui sont avérés euh... bénéfiques pour la maman. Je pense que c'est aussi important de...de... de le souligner aussi qu'on ne peut pas aussi que se fier... aux méthodes ancestrales... de... de nos arrière-grands-mères. Voilà, que euh... il faut aussi... tenir compte de toute l'évolution de la médecine derrière quoi. Et je pense que c'est important que les doulas elles... elles soient conscientes de ça, et qu'elles n'essayent pas d'imposer complètement ben... de faire tout, tout au naturel, tous sans... sans le médical quoi, voilà... »

Enquêteur : « Parce que là effectivement, votre donc euh... Votre dernier accouchement vous l'avez fait du coup à l'hôpital ou c'est un plateau technique euh... ? »

Enquêtée A : « Non c'est à... à l'hôpital où j'ai suivi en... gy... en... en hôpital, en pôle femme-mère-enfant hein, donc c'était pourquoi, c'est parce que je ne voulais pas être séparé de mon enfance s'il y avait quoi que ce soit. Euh... j'avais déjà accouché là-bas pour ma 2ème et voilà, l'hôpital est très bien. Et... euh... et donc du coup euh... ben pour faire accueillir quelqu'un en salle de naissance euh... hormis le papa c'est très compliqué... euh... parce que... voilà, comme y a pas de... de dérogations possibles, mais euh... voilà, donc j'ai réussi à l'avoir tout mon pré-travail où j'étais en chambre où elle était là avec nous comme si c'était une sœur... ou une amie et euh... et grâce justement à certains membres du personnel, elle a pu être là avec moi en salle de travail. Donc une fois que je suis passée en salle nature avec la baignoire et tout ça elle a été acceptée, mais elle n'était pas acceptée en salle de naissance par contre. Bon... et puis comme je suis partie en césarienne, voilà... c'était le... c'était le deal. En fait, elle pouvait nous suivre jusqu'au bout sauf... en salle de naissance où là il y avait que le papa qui était autorisé et donc du moment où ils m'ont passé la péridurale en fait elle est... bah elle est retournée en chambre en fait, elle m'a attendu quoi... donc voilà... »

Enquêteur : « OK, très bien. Euh... alors je vais... je vais vous poser une question, mais je sais vous avez déjà répondu en partie mais bon sait-on jamais si vous avez envie de... d'argumenter davantage. Hum... quelles sont les raisons qui vous ont conduite à recourir à une doula ? »

Enquêtée A : « Ouais bah le... justement... enfin, le fait... ouais comme je dis, le fait de pas... de pas être seule et d'avoir vraiment quelqu'un à 100% pour moi, pendant mon travail en fait, qui va... qui va me masser... qui va m'aider à prendre les positions... qui va... qui va être dénué... bah de l'affect... non parce qu'on le... on le crée quand même... le lien se crée quand même. C'est quand même un moment important de notre vie donc le lien se crée avec la personne mais euh... qui euh... quelqu'un qui va vraiment m'accompagner dans... et qui va... qui, qui va... nous permettre à mon mari et moi de VIVRE... notre accouchement sans... avoir euh... la contrainte de... de gérer voilà euh... soit même la douleur... se rappeler quelle position il faut prendre euh... voilà. Là j'avais quelqu'un pour mettre la serviette chaude dans les reins, pour me dire : “ mets-toi comme ça avec ton écharpe... fais ceci, fais cela... Mets-toi dans telle position...”. Voilà... donc on... j'avais vraiment besoin de ça en fait, un accompagnement... perpétuel en fait, jusqu'au bout, qui aille jusqu'au bout... (*Temps de réflexion*). Un coach en fait. »

Enquêteur : « Pour continuer, on avait noté aussi... mais voilà, après ça... ça se répète un petit peu... mais c'est... c'est pas plus mal, ça vous permet de... de vous faire réfléchir et... et vous permettre de donner tout ce que vous voulez dire. On avait noté : “ Quelles attentes aviez-vous envers la doula avant le début de l'accompagnement ? ”. Un exemple de... de quelles idées vous vous étiez faites de cet accompagnement. Est-ce que vous aviez vraiment des... des envies particulières ? De... “ il faut que ça se passe comme ça et pas autrement ” par exemple. »

Enquêtée A : « Alors euh... j'étais pas... fixée sur quelque chose... parce que la... parce que l'expérience m'a appris qu'en fait euh... quand on pense que ça passe pas, ça peut... ça peut se passer totalement autrement de ce qu'on a imaginé... MAIS j'avais le souhait euh... de si possible accoucher sans péridurale, sans forcément... que ce soit un objectif. Et euh... donc euh... je savais que seule, c'était pas possible. Donc j'avais vraiment besoin... voilà, de mon... mon... mon but premier, c'était l'accouchement naturel sans péridurale... euh... ou tout du moins, tenir le plus longtemps possible ce que... ce que j'ai fait au final. Et euh... et d'avoir vraiment quelqu'un qui allait me dire : “ Allez t'es capable quoi, t'es capable de le faire t'es... t'es... t'es fait pour ça ”, Voilà. Et donc euh... on en revient à l'idée du coach en fait, vraiment

d'avoir quelqu'un qui est allé me dire : “ Ben voilà quoi, t’es forte, tu peux le faire, pense à ton enfant, tu es une fleur, ouvres-toi quoi ” (*Rires*) Voilà, donc euh... voilà, j'avais besoin de... de ça en fait. »

Enquêteur : « Ouais, ok. Hum... alors à quel moment de votre parcours, l'accompagnement de la doula est-il intervenu ? »

Enquêtée A : « Euh, dès le début, c’est-à-dire fin du premier trimestre, à partir du premier rendez-vous que j'ai vu avec elle, donc euh... j'étais enceinte de 4 mois, quand on a fait le premier entretien en fait, euh... de préparation avec elle et mon mari. »

Enquêteur : « D'accord, euh... pendant combien de séances euh... la doula vous a-t-elle accompagné ? »

Enquêtée A : « Alors, j'ai eu... on a eu 5 euh... 5 rendez-vous préna... prénaTAUX... voilà... ben voilà... de préparation, c'était plus ou moins ça. Euh... donc de 2 heures à chaque fois. Euh... Après euh le..., le mois..., le dernier mois, elle était... en permanence entre guillemets, donc euh... dès que j'avais une question, dès que j'avais une douleur, elle... elle était assez présente en fait. Elle me demandait des nouvelles assez régulièrement, et donc elle était là : “ prends un bain... fais ci, fais ça...”. Donc euh... voilà, elle a été là pour nous et puis euh... et puis bah... quand je suis partie... à l'hôpital et qu'on m'a dit : “ vous restez ” bah... voilà, bah elle est venue nous rejoindre. Le temps que mon mari aille chercher les affaires, parce que ce n'était pas prévu et euh... bah elle est restée jusqu'à ce que je redescende en chambre en fait. Donc elle est restée vraiment 24 heures avec nous euh... le temps en fait, que... que... que le petit bout, il redescende avec moi en chambre. »

Enquêteur : « D'accord OK. Elle vous a accompagné, aussi par exemple, après l'accouchement ? »

Enquêtée A : « Ah si, après l'accouchement, si, si. Elle est venue euh... elle est ven... elle était avec moi en chambre où elle m'a fait un resserrage du bassin et tout ça, donc voilà. Elle m'a mis un petit peu en... elle m'a un petit soulagé quoi euh... elle était un petit peu là pour l'allaitement même si j'avais... j'avais pas perdu la main. Et ensuite, elle a fait 2 rendez-vous à domicile, donc euh... a un peu plus de 3 semaines et euh... peut-être 15 jours, trois semaines après, on va dire sur un mois et demi, elle est venue 2 fois à la maison où euh... bah elle m'avait fait un petit plat... elle m'a aidé un peu à faire mon ménage... discuté un petit peu euh... me masser les pieds euh... voilà tout ça. Et 2 ateliers de portage encore, qui étaient compris dans le... dans le forfait en fait, où elle est revenue et elle nous a expliqué avec mon mari sur le portage, voilà. »

Enquêteur : « D'accord, et qu'est-ce que c'est le portage ? »

Enquêtée A : « Bah en fait, c'est un atelier pour nous expliquer en fait euh... les différentes... les différentes façons de porter le bébé que ce soit avec les écharpes, avec le porte bébé, avec les shillings, et tout ça donc euh comme un... comme moi ça... ça me tient particu... particulièrement à cœur d'être en maternage, d'avoir souvent le bébé euh... d'avoir le bébé près de moi. Parce que je travaille au Luxembourg, j'ai la chance d'avoir un congé parental euh... en plus du congé maternité, d'avoir un congé parental euh... de 6 mois, à temps plein. Et mon mari aussi en bénéficie, donc c'était important pour nous, d'avoir cette proximité avec le bébé et effectivement le portage... Pour l'avoir pratiqué avec ma fille mais... pas... comme je dis, comme c'était en confinement donc c'était souvent au bras, c'était pas en écharpe. Et euh...et

donc en fait, c'est quand même vachement bénéfique. Je suis assez cododo euh... je suis assez proche de, de mes enfants, quand ils sont tout petits en fait. Et donc, elle nous a appris donc voilà, lesquels nœuds faire, comment le porter... Comment se positionner pour ne pas avoir mal au dos... et tout ça, ça fait partie de son rôle, je pense, de doula de... de parler de tout ça quoi. »

Enquêteur : « Oui bah oui, oui, vous m'avez parlé aussi sur l'allaitement ? »

Enquêtée A : « Oui, bah elle... elle est... elle est marraine et conseillère hein en allaitement donc euh... bon moi j'ai... j'ai maîtrisé et puis bon... la fatigue faisant... j'ai décidé de pas le prolonger, mais c'est plus, par rapport à notre mode de vie actuel que... par l'envie tellement. Voilà, j'ai une petite de... de 3 ans et demi, un ado de 15 ans donc c'est un petit peu compliqué à gérer euh... d'avoir tout le temps le nouveau-né au sein. Mais euh... oui, oui, elle m'a très très bien conseillée euh... sur des... des... quelques petits soucis que j'avais eu. Elle a été là, elle a été présente et euh... et pareil aussi, j'estime que c'est leur rôle aussi et que c'est important pour elle d'être formée aussi euh... à tout ça... (*Réflexion*) à tout ce qui... tout ce qui concerne en fait... voilà bah... après c'est euh... c'est vraiment le côté naturel en fait de... de la maternité en fait, je pense. »

Enquêteur : « Oui, oui, vraiment un... un champ assez large effectivement de tout ce qui peut... être fait. Hum... qu'est-ce que la doula vous a proposé au cours de vos séances ? Que s'est-il passé pendant les séances que ce soit pendant, avant, après l'accouchement. »

Enquêtée A : « Bah les séances avant l'accouchement, ce sont des séances de préparation euh... classiques hein, qu'on ferait avec une sage-femme sur euh... bah voilà, comment ça va se passer le travail, la dilatation euh... machin et tout... donc voilà hein... les besoins physiologiques de bébé euh... les biberons euh... la gesti... la gestion du stress, la parentalité. Pour mon mari... mon mari a un premier fils aussi de 15 ans donc c'était un petit peu loin pour lui (*Rires*), il s'en souvenait plus trop. Donc euh voilà, tout ça euh... bon bah... après pendant l'accouchement en fait, elle a fait... tout ce qu'une sage-femme aurait fait hors médical, voilà. Tout simple... c'est à dire qu'elle a vraiment... euh... elle a vraiment pris la place en fait d'accompagnatrice, hors médical, parce que s'il y avait un acte médical... en fait elle... elle m'a jamais touchée, elle se serait même pas permise de le faire ou quoi que ce soit. Donc elle a vraiment été là dans l'accompagnement... comme j'ai dit tout à l'heure hein, pour me masser, m'aider à gérer ma douleur, respiration, et tout ça. Euh... regarder le monito, quand j'étais sous monitoring, elle m'interdisait de voir l'écran pour pas que je stresse et tout ça. Donc voilà, elle a vraiment... elle a vraiment fait tout ce qu'une sage-femme aurait fait sans le médical en fait, sans les piqûres, sans les touchés, sans les... sans le côté clinique en fait de..., de, du truc quoi. Et puis bah après c'est l'accompagnement en post-partum, ça a plus été un accompagnement... psychologique en fait pour voir... parce que bon, ma césarienne ça a été soudain. J'ai eu une césarienne en urgence en fait à... 12h27 on me dit : “ On va vous faire une césarienne ”, 12h31 le bébé était là. Donc vraiment en 4 min, je suis partie en salle d'opération machin et tout ça... donc ça a été un choc un peu pour moi de... de partir comme ça... en 4-5 minutes de temps d'avoir mon bébé alors que 2 min avant, on venait de me poser la péridurale donc ça a été assez euh... assez brutal en fait comme... comme décision après comme je dis hein... on veut un bébé en bonne santé donc quand on nous dit euh... “ là faut faire une césarienne ” bah... on la fait en fait hein, et ça... et ça je le savais dès le départ. Je pense que c'est... je pense que justement quand on fait appel à une doula, il FAUT... il FAUT garder en... mémoire que... les choses ne se passent jamais comme on... a prévu hein, ce sera jamais le plan. Ah bah c'est sûr j'avais un projet de naissance idéal hein où... où voilà pas de péridural, il vient comme une fleur, bim, bim, le bébé il est là,

on me le met en peau à peau. Donc voilà, j'avais vraiment le projet euh... parfait mais il faut garder en tête QUE ça peut mal se passer, pour la maman ou pour le bébé. Et euh... d'où l'importance de faire confiance au per... personnel médical. Donc vraiment respecter le personnel médical et moi quand on m'a dit " voilà, votre bébé ça va pas, faut le sortir ", bon ben voilà, faut le sortir quoi hein ! Je le... le principe... le principe c'est le... le principal c'est d'avoir un bébé en bonne santé, une maman en bonne santé et peu importe comment le bébé il vient quoi. Donc euh... voilà, après euh... pour moi c'est les... c'est les... c'est vraiment les... le... le respect de la place de chacun en fait. »

Enquêteur : « Oui, est-ce que votre doula, par exemple, vous à un petit peu préparé à ces éventualités-là ? Est-ce qu'elle en a... Elle en a parlé un petit peu avec vous ? »

Enquêtée A : « Ah oui, oui, oui, on en a... on en a disc... on en a parlé en fait, après euh... comme elle me disait : " n'y penses pas ", elle m'a dit : " ne te dis pas que... TU vas avoir une césarienne, que ça va mal se passer, ou tu vas avoir les forceps...". Bon après, en tant que future maman, on se fait tous les scénarios quoi. On se fait les scénarios : " le bébé, il ne respire pas ", euh... machin... voilà, et tout donc... donc on se fait tous les scénarios. Euh... elle m'en parlait pas, mais quand on a fait les entretiens que ce soit avec mon gynéco ou que ce soit avec les sage-femmes et tout ça euh... il était très clair pour nous qu'elle était pas là pour se substituer euh aux euh... sage-femmes et que donc, de toute façon euh... elle était pas là pour mettre des bâtons dans les roues... que moi j'étais informée euh de ce qui... de ce que elle, elle pouvait m'aider en fait pour éviter certaines euh... pratiques médicales on va dire. Donc de ce que moi je pouvais faire, voilà, au niveau des positions, au niveau de mon travail, et tout ça... pour éviter en fait d'avoir recours à... certaines choses mais euh... mais en aucun cas, elle ne m'a dit : " ne fait PAS l'injection d'ocytocine " par exemple ou " ne fait pas ci ou ne fait pas ça ". Elle m'a vraiment laissé choisir en fait euh... les choses... parce que euh... voilà parce que moi aussi je suis, pour avoir euh... une famille d'infirmiers et de médecins euh... voilà je suis quand même informée que bon bah... la médecine, elle est pas là pour... on accouche pas à l'hôpital pour rien quoi. Donc euh... voilà, donc sinon, tout le monde accoucherait à la maison, et puis ça se passerait toujours bien et... donc moi j'avais de toute façon, parfaitement en mémoire que euh... il pourrait y avoir une urgence et qu'il fallait faire confiance au corps médical. De toute façon, il n'y a pas de confiance au corps médical, j'ai envie de dire, ça serait tr... bah, j'ai envie de dire : " n'accouches pas à l'hôpital quoi, reste avec ta doula et ta sage-femme à la maison et accouche à la maison en fait ". Et donc je pense que du moment où on décide de se faire a... à ... de se faire accompagner par une doula en milieu hospitalier euh... ben... il faut avoir conscience que voilà, que c'est quand même les médecins et... les spécialistes, voilà, qui... les professionnels qui sont là pour euh... ils sont pas là pour mettre des bâtons dans les roues quoi donc euh... et ça, je l'ai vraiment compris et euh... et le fait de l'avoir compris et de l'avoir laissé sous-entendre en fait, c'est... c'est ce qui a permis je pense que mon projet soit accepté. Et euh... j'ai eu le retour des sage-femmes euh... en suite de couche en fait euh... parce que je suis quand même restée une semaine suite à la césarienne et qui était euh... et qui m'ont dit : " ouais mais si toute euh... si toutes nos... si toutes les mères qui... qui... qui sont dans le service, elles pensaient comme vous et agirez comme vous, comme vous, ben ça serait... ça serait super quoi ". Parce que j'ai... voilà... voilà, parce qu'en fait euh... à un moment donné, il faut... il faut se dire que ben les professionnels c'est... c'est elle en fait... Et euh... il y a mon bébé qui pleure donc je me déplace (Rire). Et euh... voilà, donc je pense qu'il faut vraiment faire euh... faire confiance aux... professionnels, en plus de la doula. La doula n'étant pas un médecin, n'étant pas... n'ayant pas une formation médicale euh je pense que voilà faut... faut savoir rester à sa place, voilà. Je pense que... après le jour où elles auront une formation médicale, ce sera

peut-être différent... mais tant qu'elles n'ont pas de formation médicale, ça reste des accompagnante en fait, tout simplement. »

Enquêteur : « Ok, euh... Alors on avait noté, euh... « les séances se passaient elles à votre domicile ? »

Enquêtée A : « Euh... en... en préna... en prénatal, c'était chez elle. Et après bah oui, le postpartum ça s'est fait chez moi. »

Enquêteur : « Ok très bien. On avait également noté : “ la doula était-elle présente à l'accouchement ? ”. Mais du coup, j'ai cru comprendre que c'était jusqu'à ce que vous soyez à... 7 cm et après en... »

Enquêtée A : « Voilà, une fois que... je suis passée en salle de naissance en fait euh... elle était pas avec moi en salle de naissance, voilà. »

Enquêteur : « D'accord, est-ce ce que vous auriez eu la possibilité euh... est-ce qu'on vous a demandé de choisir par exemple entre la doula et... et le papa ? Ou en fait c'était quelque chose euh... qui... qui n'était pas possible ? »

Enquêtée A : « On m'a dit... bah on m'a dit : “ il n'y aura qu'une personne, vous choisissez la personne que vous voulez ”. Bon moi, j'ai choisi mon mari, forcément ! Mais j'aurais très bien pu la choisir elle, voilà. C'est juste que, en salle de naissance, c'était une seule per... par... par une question de... de d'assurance en fait, donc c'est pour ça que c'était qu'une seule personne. Donc ils ont alterné, c'est-à-dire quand mon mari sortait boire un café, fumer une clope, bah elle, elle prenait sa place... et ainsi de suite euh... jusqu'à... jusqu'à qu'ils me passent euh... qui me posent la péridurale, où là y avait que mon mari qui était euh... accepté dans la salle quoi. »

Enquêteur : « Ok, Alors euh... est-ce que la doula, vous a accompagné exclusivement ou était-elle également présente pour votre mari, votre conjoint ? »

Enquêtée A : « Ah pour mon mari aussi hein, elle a eu... ah oui, oui, oui. Si mon mari avait des questions à... lui poser euh... aussi bien euh avant... que pendant... pendant que j'étais à la maternité et après. Euh... je sais qu'ils se sont entretenus par téléphone, par message, qu'il lui a posé certaines questions, qu'il a eu besoin euh... d'une... d'une... parce que bon ben voilà hein, c'est pas toujours facile de gérer un nouveau ta... de gérer l'arrivée d'un bébé. Donc je sais qu'il s'est confié à elle 2-3 fois. Ils ont... ils ont discuté en fait pour euh... pour son post-partum à lui, en fait quoi, voilà (*Rire*) »

Enquêteur : « Ok d'accord. Hum... alors, je vais passer maintenant au côté financement, euh... existe-t-il des aides financières pour recourir à une doula ? »

Enquêtée A : « Nan... bah non, nan hein... c'est... c'est un choix personnel hein c'est comme si on allait chez le coiffeur en fait, au final donc euh... voilà, c'est... c'est pas... c'est pas une sage-femme, c'est pas reconnue donc euh... Après... après, est-ce que..., je sais même pas, si les complémentaires auraient un forfait pour ces choses-là, si ça rentre dans les... peut-être, certaines complémentaires. Mais sinon non, c'est... c'est tout, à sa... à sa propre charge quoi. »

Enquêteur : « D'accord. Hum... à combien estimez-vous à peu près, le coût total de l'accompagnement que vous avez eu ? »

Enquêtée A : « Euh... ben... la... le... le total, bon on en a rajouté certaines choses après par derrière. Je vais dire... je vais te dire à peu près... 750€ à peu près sur l'accompagnement total. »

Enquêteur : « Quand vous voulez dire que vous avez rajouté des choses aussi, c'était avec [nom de la doula] aussi ? »

Enquêtée A : « Oui, oui, c'était avec [nom de la doula] aussi, on a rajouté euh... un atelier de massage, je me suis pris un... parce qu'elle fait aussi des soins rebozo, des choses comme ça... donc euh... voilà, j'ai fait d'autres soins avec elle, mais qui n'étaient pas... qui... qui ne faisaient pas partie du forfait en fait, de l'accouchement. Mais euh... mais euh... sur le forfait de l'accouchement, ouais je crois 700€, entre 700 et 750€ à peu près, hum. »

Enquêteur : « Ok. Hum... de quelle manière avez-vous réglé vos séances ? »

Enquêtée A : « Par chèque, voilà. On est allé à chaque fois... on a divisé en fait le... le forfait. Bah en fait, je lui payais 125€ à chaque... à chaque séance où je l'ai vu euh... où elle est venue, en fait. Donc les séances post-partum, euh... le... le prénatal et les 2 séances post-partum en fait, je l'ai réglé comme ça quoi, voilà. On avait divisé en fait. »

Enquêteur : « Ok, étiez-vous suivi par d'autres professionnels lors de votre grossesse, de votre accouchement ? »

Enquêtée A : « Oui, oui, oui, donc bah j'avais ma gynéco, parce que comme... comme j'avais eu une césarienne, j'étais suivie par une gynéco donc euh... qui a appuyé... qui a appuyé mon parcours avec la doula et... puis ben... une sage-femme pour les échographies, voilà. »

Enquêteur : « Ok. Hum... comment avez-vous vécu un peu l'accompagnement en général euh... avec l'ensemble de vos professionnels ? est-ce que par exemple, il y a eu euh... des liens entre eux et éventuellement de... de l'échange entre guillemets ? »

Enquêtée A : « Ah bah oui, oui, oui parce qu'en fait euh ma doula s'est mise en lien euh... avec ma gynéco euh suite à l'entretien qu'on avait eu toutes les 3, tous les 4 même, parce que mon mari était là. Euh... elle s'est mise en lien avec ma gynéco, pour justement en fait euh, elle AUSSI, lui expliquer que euh... elle était pas là pour se substituer... au corps médical. Qu'elle était vraiment JUSTE là en tant qu'accompagnante qui sav... qui savait de quoi elle parlait. Voilà, que c'était pas juste une copine qui... voilà. Mais que... qu'en aucun cas euh... elle ferait des... gestes médicaux ou... qu'elle se permettrait en fait, de... de contredire euh les professionnels de santé quoi. Donc oui, oui, elle a été en contact avec elle et euh... le jour de mon accouchement aussi parce que... par chance, j'ai eu la chance, c'était ma gynéco qui était de garde, qui m'a fait ma césarienne et euh... donc j'ai eu cette chance là et euh... et du coup suite à... à l'urgence de la césarienne, parce que ma doula du coup n'était pas au courant parce qu'elle m'a laissé partir euh... me faire poser ma péridurale... sans savoir que ça allait finir en césarienne. Et donc du coup, elle est... elle est... dès que la césarienne a été finie, elle allait la trouver pour lui dire : “ bon bah voilà, on a dû lui faire une césarienne en urgence donc euh... soyez à l'écoute en fait euh... d'elle euh... sur le post partum ”. Ma gynéco a vraiment été euh... bienveillante là-dessus et il y a vraiment eu un vrai échange avec elle pour lui dire bon ben voilà, soyez... soyez à son écoute parce que je pense qu'elle a eu un petit choc avec la

césarienne. Donc elle a... elle a... elle lui a expliqué des choses euh... comment ça s'était passé, pourquoi... donc euh... non, non là-dessus, ouais il y a eu un échange entre eux. »

Enquêteur : « D'accord, et cette euh... cette petite réunion que vous avez eu à tous les 4 en fait, elle avait... elle avait quoi comme objectif ? »

Enquêtée A : « Bah de... de définir la place de chacun, voilà. Ma gynéco, pour appuyer mon projet, elle était pas contre, en fait que je me fasse accompagner par une doula ... au vu en fait du traumaTISME, parce que c'était vraiment un traumatisme que j'ai eu pour mon 2ème accouchement, d'être vraiment seule et parce que euh... je vous le dis mais, en une nuit de temps les sage-femmes sont venues me voir 2 fois. Donc euh... je suis rentrée à... 00h00, je suis passée en salle de naissance à 10h30, elles sont venues me voir que 2 fois, donc j'étais vraiment à ce niveau-là vraiment seule... voilà, vraiment livrée à moi-même et... euh... donc elle avait vraiment besoin de savoir où aller... quelle est la pla.... Bon ma place à moi, on savait très bien laquelle c'était euh la place de la gynéco aussi, mais qu'elle serait vraiment la place de mon mari, la place de la doula que... que j'allais pas substituer mon mari en fait euh... voilà en... avec la doula, que chacun allait vraiment avoir euh ses rôles et que c'était vraiment un accompagnement de moi ET mon mari, que c'est pas... juste moi, que mon mari est d'accord en fait. Ça aussi c'est important pour le personnel médical, de savoir que le..., le... mari... il prend pas... en fait, c'est un accompagnement aussi du... ben du mari ou de l'épouse enfin voilà, de... du... du co-parent et que c'est vraiment un accompagnement... DES parents et pas juste de la mère en fait. C'est... c'est vraiment la... la globalité ouais, c'est un TRIO voilà, qui se forme euh... à ce moment-là. »

Enquêteur : « Ok, d'accord. Hum... qu'est-ce qu'une doula vous apporte de plus que votre entourage, que par exemple, si vous aviez choisi je sais pas, je prends un exemple mais euh... votre maman, ou votre papa par exemple en deuxième personne, si vous aviez eu la possibilité de prendre une deuxième personne. »

Enquêtée A : « L'accompagnement en fait, voilà, elle m'a... je veux dire, elle est... elle est quand même formée sur... ben... quel... le... c'est vrai, le fait de comment... comment utiliser l'écharpe euh... pour se suspendre, pour accélérer ton travail, pour soulager les douleurs, quelle position adopter, quel euh... quel mantra répéter, comment respirer. Je veux dire euh... tout ça alors euh... même si euh... même si ma maman, elle serait capable de me le faire aussi, je pense qu'une doula, une doula qui n'a pas cet affect en fait, avec le... la... la mère qui est en train de souffrir hein clairement, je pense que... elle le..., elle le vit mieux en fait. En soi, mon mari au final, elle lui a expliqué, mais mon mari euh au bout de 2 heures de travail, il était en PLS euh... Il arrivait plus rien, voilà. A part me dire : « ma chérie, c'est bon tu vas y arriver » euh... Donc voilà, il était complètement démuni. Donc euh... voilà, je pense que... voilà, elles apportent simplement quelque chose... qu'elles ont APPRIS, c'est un métier en fait, au final. Je pense réellement que... c'est un métier quoi. Donc euh... et un métier ça s'apprend, et elles ont appris en fait, comment... comment aider la femme tout simplement quoi, dans... dans ce passage-là. »

Enquêteur : « Ok. Hum... êtes-vous satisfaite des services fournis par votre doula ? »

Enquêtée A : « Oui, oui, oui, oui. Elle a... en fait, elle se forme régulièrement. Pendant ma grossesse, elle s'est même formée au massage euh... sur les femmes enceintes donc j'ai eu la chance de lui servir de cobaye, voilà. Donc euh... et je... ben... je pense que... plus euh... l'éventail en fait est... est large, plus elle va inspirer confiance. Tout... c'est... c'est bête à dire

hein, mais euh... plus elle va s... elle... elle va s'attarder sur les BESOINS, qu'on a besoin dans... pendant la grossesse et qu'on a besoin en post-partum, euh... ben... plus elle va être crédible en fait dans... dans son job et euh... et plus elle va inspirer confiance et plus elle sera à même d'accompagner la femme, et plus elle sera à même de... de... de faire euh... naître les parents en fait euh voilà, que ce soit le papa ou la maman. Et... je pense que voilà que c'est important, c'est important de... de pas faire que... que... que de l'accompagnement euh... à l'accouchement, d'être... ouvert à d'autres choses. Elle, elle fait tous les mois des ateliers maternité, elle fait tous les mois des ateliers de portage, tous les mois elle fait des ateliers sur l'allaitement. Elle euh... elle fait des soins rebozo, elle fait des massages pour les femmes enceintes, donc je pense que c'est vraiment important de... voilà, d'approfondir le truc pour vraiment AIDER la femme enceinte, au final avec tout ce qui va avoir de... de... comme thérapie à côté en fait. »

Enquêteur : « Et par exemple, est-ce qu'elle vous a invité à participer à... à hum... des choses collectives, effectivement des ateliers ou euh... »

Enquêtée A : « A la grande tétée, à tous les trucs de la grande tétée au mois d'octobre, pendant octobre rose. Bon moi, j'étais en plein accouch... j'étais en pleine période d'accouchement donc j'ai pas pu participer mais euh... il y a tout...tout... les gros euh...les gros euh... comment dire euh... les grosses réunions les grosses asso... les plus grosses journées écrites par les associations et choses comme ça, elle... elle... régulièrement sur son... sur ses profils dans les réseaux sociaux euh... elle invite les membres de son groupe euh... à participer, à s'inscrire euh... puis bon, elle réunit quand même quelques personnes à chaque fois et euh... c'est important qu'elle soit active, et qu'elle reste active et moi je la... je la félicite là-dessus parce que... parce-que au final euh..., je pense que... depuis qu'elle a commencé son activité euh... son salaire ne doit pas être de grand-chose quoi. Donc euh... par rapport à tout le bénévolat qu'il y a autour euh... et que voilà, qu'elle est pas rémunérée. Elle s'ouvre à tout ce qui... tout ce qu'il faut au niveau des associations et tout ça, elle crée beaucoup d'événements, elle est très active et du coup, au final, son salaire est pas à la hauteur en fait euh, du travail qu'elle fournit. Et je pense que voilà hein, si elle doit se tirer cinq-cents balles de salaire, c'est beaucoup quoi. »

Enquêteur : « Et euh... par exemple, est-ce que vous avez eu des groupes de paroles avec d'autres mamans, d'autres papas... ? »

Enquêtée A : « Encore la semaine dernière ouais. Une maman qui a été suivie en même temps que moi, on a accouché à un mois d'écart donc euh... on s'était rencontrées plusieurs fois sur euh... sur les ateliers mensuels que [nom de la doula] elle fait et euh... et euh... et donc du coup, là on s'est vu bah... jeudi dernier euh avec nos bébés euh. Elle aussi a dû faire une césarienne en urgence, parce que son bébé était en siège et descendait pas et tout ça, donc on a pu échanger, sauf que, c'était son premier bébé donc euh... mais donc euh... voilà. On a... on a accès à des retrouvailles euh... entre mères, entre jeunes mamans et euh... elle est très, très active de ce côté-là et elle est euh... elle est... elle est même active euh... en préconisant ses... ses consœurs euh... qui vont avoir d'autres spécialités, qui vont faire de la sophrologie, des choses comme ça. Des choses que elle, elle ne fait pas et elle va nous rabattre assez facilement euh... vers ces personnes-là quoi, hum. »

Enquêteur : « Ok, Ok. Et vous avez trouvé par exemple, que tout...cette euh... un peu ces groupes de paroles ou ces retrouvailles entre maman, c'était euh... c'était un plus par exemple sur le euh... le suivi ? »

Enquêtée A : « Ouais ! C'est un plus, que ce soit euh... sur les... sur... les... les réunions sur l'allaitement ou que ce soit euh... sur euh... sur les réunions de mamans tout simplement, de... de parentalité, de réunions de parentalité en fait : “ Ben tiens mon bébé ne fait pas ses nuits euh..., le tien comment ça se passe ? ” Voilà, la couleur de son caca (*Rire*) enfin c'est... c'est... c'est con hein. Mais euh... mais je pense que d'échanger entre jeunes parents c'est... c'est important, bah déjà pour la... la sociabilisation hein, parce que euh... on sort pas beaucoup hein quand on a un nouveau-né, qui plus est, en hiver. J'ai accouché fin octobre hein, donc euh... du coup euh... en plein mois d'hiver, donc euh je pense que c'est important de pouvoir euh... ouais, de pouvoir échanger avec d'autres parents et je dis bien d'autres parents, parce que y a pas que des mamans en fait, il y a aussi beaucoup de papas, ou de co-parent qui sont là pour euh... Pour comprendre. Parce que les... parce que beaucoup de papas sont démunis et euh... et c'est ça aussi que j'ai apprécié chez [nom de la doula], c'est que... mon mari n'a vraiment pas été mis de côté en fait. Mon mari il a eu... mon mari qui est pas... qui est un peu un taiseux, qui va pas forcément se confier ou euh... ou dire les choses ou euh... demander des conseils euh... parce que bon, il a 50 ans, donc c'est un vieux... Un vieux con hein comme on dit (*Rire*). Et en fait, elle a vraiment été euh... aussi présente pour lui et euh elle a su lui faire comprendre que... qu'il pouvait lui aussi avoir un droit de parole et qu'il pouvait aussi avoir des questions à se poser et que euh... que nous euh... on est peut-être enceinte euh... mais, que le papa ou le... co-parent, mène aussi la grossesse et accompagne aussi la mère euh... dans... dans tout ça quoi. »

Enquêteur : « D'accord, euh... avez-vous perçu un écart entre vos attentes et la réalité de la prestation ? »

Enquêtée A : « Non... pas vraiment. Parce que je savais à quoi m'attendre. Je... je... enfin, on en avait beaucoup discuté de ce qu'elle ferait, de... euh... j'ai même été surprise en fait, de... de pouvoir faire des... des choses que je pensais pas et euh... nan, et puis je pense que de toute façon euh... comme on dit, mais dès fois on s'attend à des choses et on les a pas et il y a d'autres choses euh... quand on s'attend pas, on les a. Et euh... c'est au fur et à mesure en fait, de... de... l'évolution, comme ça s'étire sur plusieurs mois, que les besoins en fait, ils... s'éveillent et... qu'on en parle et que voilà. Donc je pense... je pense que de toute façon c'est un accompagnement personnalisé. Contrairement... contrairement à... à un suivi par une sage-femme, qui va être vraiment sur euh... comment ça se passe la grossesse, sur euh... allez les petites sautes d'humeur : “ Je te donne un petit traitement, je fais ce que je peux, parce que j'ai que 20 min à te consacrer ” et euh... Alors que là [Nom de la doula] elle a... elle a... en 2 heures de temps, elle pouvait vraiment... voilà, vraiment... on a vraiment... vraiment nous montrer des positions. Nous aider nous deux, moi à me sentir mieux dans mon corps de femme enceinte de choses comme ça... Non, non, je pense que, que... que... que une doula bien formée, elle peut euh... donner beaucoup plus en fait euh... psychologiquement qu'une sage-femme, voilà. Que euh... c'est triste... moi ça m'attriste un peu, de dire ça, mais que... c'est malheureusement la triste réalité quoi. »

Enquêteur : « Oui, hum... conseillerez-vous cet accompagnement à votre entourage ? »

Enquêtée A : « Oui je l'ai conseillé même, hum. Ouais, ouais, ouais j'ai des... des... 2-3 connaissances qui sont enceintes et je leur ai conseillées si elles pouvaient, si elles ont les moyens financiers de le faire, ça reste un coût. Si elles ont les moyens financiers de le faire, qu'elles le fassent après c'est un... là [Nom de la doula] elle m'expliquait qu'à l'heure actuelle, elle suit deux euh... deux couples qui... ne la veulent pas pour l'accouchement par exemple, où elle ne fait que le suivi euh... en fait euh... prénatal et postnatal et qu'il n'y a pas

d'accompagnement en fait euh... pour le jour de l'accouchement. Donc euh... je pense qu'après c'est voilà... quand... c'est vraiment propre à chacun, je pense que chacun doit émettre ses souhaits et... si la doula elle est à l'écoute, bah... elle sera là, à hauteur de ce qu'on lui demande euh... d'être, en fait. En fonction de ses compétences, hum.

Enquêteur : « Et toute dernière question, bah... si c'était à refaire, referiez-vous appel à une doula ? »

Enquêtée A : « Bah oui. Bon, je ne referai pas ! (*Rire*) trois c'est bien, à mon âge, ça va. Mais oui, oui, oui, si... si ça devait se refaire, je referais, et de la même manière en fait. Je... je me battrais de la même manière et que... et que, comme j'ai mis euh... comme, comme je lui ai dit encore récemment, je suis CONTENTE, alors...j'ai pas...j'ai pas...j'ai pas accouché par voie basse, j'ai pas eu cet accouchement euh... voilà euh... naturel que... que j'espérais mais je lui ai permis à ELLE, de... se faire connaître du..., de l'équipe soignante en fait, de cette maternité-là de euh... de lui permettre de... de mettre un pied là-dedans et de montrer que ben... voilà, que y a pas que... que des femmes qui s'y connaissent pas ou parce que... y a un doute dans notre secteur. Par exemple, on a une doula qui dit qu'elle est une amie, pour pas euh... pour être acceptée en fait comme la sœur ou comme l'amie au même titre que le père, plutôt que de dire clairement que c'est une doula et qu'elle est là pour accompagner ta mère, voilà. Et donc euh... j'ai... je suis vraiment contente de lui avoir euh... de lui avoir permis de mettre ce pied dans cette maternité euh... et de se faire respecter en fait. De se faire respecter et de se faire connaître euh... par le personnel soignant. Hum ouais, ouais. Je suis vraiment contente d'avoir pu faire ça pour elle. »

B. Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée B

Enquêteur : « Alors... Euh... Pour commencer, si ça ne te dérange pas euh... Est-ce que tu veux bien me donner votre âge ? »

Enquêtée B : « Oui, oui bien sûr. J'ai 34 ans. »

Enquêteur : « Ok très bien, et euh... Quelle est votre situation familiale ? »

Enquêtée B : « Je suis mariée, et j'ai un enfant qui est né du coup, il y a 2 ans, c'est mon seul enfant. »

Enquêteur : « Quelle est votre profession ? »

Enquêtée B : « Euh... Je suis Gestalt praticienne, je ne sais pas si tu vois ce que c'est ? »

Enquêteur : « Euh... Non, pas du tout »

Enquêtée B : « Alors, euh... C'est de la psychothérapie »

Enquêteur : « D'accord. Et euh... Et celle du papa ? »

Enquêtée B : « Mon mari ? Alors... Euh.... C'est toujours dur de répondre à cette question, parce que tu veux euh... Son job actuel ou peut-être les deux ? »

Enquêteur : « Euh... Plutôt le travail qu'il avait au moment où tu étais enceinte »

Enquêtée B : « Ouais, ouais, ok. Euh... Comment ça s'appelle... Ça s'appelle je crois... Ça s'appelle assistant commercial... Mais ça ne veut rien dire concrètement... Il... Il remplit les rayons dans un supermarché »

Enquêteur : « D'accord, ok, ok, très bien. Euh... Et donc... Vous avez un enfant que soit tous les deux ou chacun de votre côté ?

Enquêtée B : « Oui, c'est ça »

Enquêteur : « Ok, et où habitez-vous ? »

Enquêtée B : « A Ligné, en Loire-Atlantique et... Je ne sais pas où est votre... Votre fac ou votre école »

Enquêteur : « Alors, du coup... Nous, on est en Bretagne... Lorient... Dans le Morbihan »

Enquêtée B : « D'accord. »

Enquêteur : « Ok, donc Loire-Atlantique. Comment avez-vous eu connaissance de l'existence des doulas ? »

Enquêtée B : « Alors... Euh... Je me suis posé la question justement en pensant à notre entretien. Je suis pas 100% sûre, parce que... Bah... Ca me semble naturel maintenant de connaître mais... Forcément à un moment donné, je connaissais pas... Je pense que... C'est dans un cercle de femmes en fait. J'ai... J'ai participé à des cercles de femmes et je me suis formée moi-même pour faciliter des cercles de femmes et la... La personne qui nous a formés, nous a expliqué un petit peu euh... L'origine des cercles de femmes et comment ils étaient arrivés en France et là... Elle nous a parlé des doulas... Que les doulas... On faisait pas mal... Qu'il y avait un référencement des cercles existants sur le site des doulas de France, je crois. Et il me semble que, c'est comme ça mais... Je me souviens pas... Voilà... Pas très bien... »

Enquêteur : « Euh... Et... Euh... Et c'est quoi un cerc... Un cercle de femmes ? »

Enquêtée B : « Et ben... C'est euh... Hum... Tout simplement, euh des femmes qui s'assoient euh en cercle au sol, pour parler. C'est un cercle euh de paroles et d'écoute. Et... En fait, On a euh chacune le même temps de parole et on... On livre euh... Quelque chose qui est important pour nous CE jour-là, qui est... Qui est LA. Euh... Donc on est libre de... Dire ce qu'on veut... Euh... Mais... Souvent bah, ce sont des choses qu'on peut pas dire ailleurs... Qu'on a pas forcément... Euh qui sont plutôt intimes, ou plutôt dans la vulnérabilité et qu'on a pas... Qu'on... Qu'on... Qu'on ne dit pas à n'importe qui. Et là, il y a une euh qualité d'écoute qui fait que euh... Il y a qualité d'écoute, et il y a aussi un cadre. C'est à dire que dans le cadre notamment, on ne rebondit pas. Euh... personne va... parler après moi pour me dire euh... Ce que je devrais faire, un conseil ou me dire : « Ah ! Moi j'ai vécu la même chose ». Non, je vais parler... Et puis c'est tout en fait. Donc euh... Hum... ça offre en fait, un... Un espace différent de la vie quotidienne, où euh... On peut du coup dévoiler des choses euh... Par exemple, sur lesquels on n'a PAS ENVIE qu'on rebondisse (Rire) et euh... Là ça sera respecté. Donc c'est un... C'est un espace bah de... De... De relance profonde entre les femmes et de... Hum... Où on peut vraiment déposer euh... Des choses... Lourdes qui... Voilà, et s'en... S'en libérées quoi. »

Enquêteur : « D'accord, ok, très bien. Et donc euh... Euh dans ce cercle de femmes, quelqu'un en fait avait abordé euh... L'idée d'une doula ? »

Enquêtée B : « Euh... Pas vraiment, c'est la... Hum... comme je me suis formée pour faciliter les cercles, moi-même, après avoir été participante. J'ai organisé des cercles et du coup je me suis formée et notre formatrice nous a expliqué un peu d'où venaient les cercles et euh... C'est là, qu'elle a mentionné que les doulas avaient euh... Hum... Etaient les premières à... A amener les cercles de femmes en France en fait. »

Enquêteur : « Ah ok, ok. Et euh... De quelles manières avez-vous trouvé VOTRE doula du coup ? »

Enquêtée B : « Et ben... C'est... C'était facile, c'était euh une personne que je connaissais déjà et c'est une personne qui s'est reconvertie pour être doula en fait euh... Hum... Alors euh je la connaissais déjà. (*Temps de réflexion*) Et c'était justement euh... Hum... Une personne qui... Avant d'être doula, je l'ai connu parce qu'elle organisait des cercles de femmes, et ensuite elle est devenue doula, et... comme j'avais beaucoup apprécié son... Bah sa façon d'être dans les cercles de femmes et que euh... A ce moment-là, j'étais moi-même euh... Bah dans le parcours euh... Pour devenir maman. Naturellement, j'ai pensé à elle. »

Enquêteur : « D'accord, ok, très bien. Hum... Hum... Quelles sont les raisons qui vous ont conduite à recourir à une doula initialement ? »

Enquêtée B : « Il y en avait plusieurs sans doute, mais je pense que la... La raison majeure, c'était euh... L'accompagnement émotionnel euh... Hum... Parce qu'en fait moi, j'ai eu un parcours euh... Un petit peu difficile pour devenir maman, j'ai... Hum... Avant d'avoir mon fils, j'ai eu 4... Fausses couches et donc euh c'était assez douloureux et... Hum... (*Pause de réflexion*) Je... Je pense que j'ai... Un peu trop traversé ça toute seule... Et... En fait au bout de 4... Euh... J'ai cru que j'allais avoir une 5ème fausse couche et... Je me suis dit : « Non là, stop, il faut que je fasse différemment » et du coup, j'ai voulu m'entourer euh... Pour pas être toute seule euh ou toute seule avec mon mari, pour faire face à tout ça. Et... Du coup, j'ai... J'ai sollicité d'abord euh... Ma doula pour euh... Hum... Oui, un soutien émotionnel euh... Dans... Bah, Notamment les trois... Les trois premiers mois de la grossesse forcément étaient... Assez anxiogènes pour moi, puisque euh... C'est... Une période où... C'est connu que... Les fausses couches sont fréquentes, et comme moi J.S... Je..Ca mettait déjà arrivé plusieurs fois euh... Bah évidemment, j'avais pas envie euh que ça se reproduise... Donc euh... Hum... C'était déjà un soutien é-émotionnel dans cette période euh... Particulière et puis après, pour toute la grossesse, j'ai voulu euh... Hum... (*Pause de réflexion*). Gardez en fait, cette... Aide extérieure, ce soutien extérieur euh d'une femme, parce que... Même si, mon mari est très sensible et très à l'écoute, c'est... Pas la même chose en fait euh... Hum... Voilà, ma doula, je sais qu'elle aussi elle a eu un parcours difficile pour être maman euh... Ben qu'elle... C'est une femme, donc forcément euh... Et puis, elle a... Elle a une fille, donc forcément elle a accouché. Donc, je savais que c'était... Hum... Une transmission autre et... Que quand elle allait... M'écouter, elle allait... Comprendre euh... En bonne partie ce que je ressentais et pouvoir euh... Ben trouver des mots pour euh... Pour m'aider, pour m'apaiser. Donc il y avait beaucoup ça, et puis... J'ai eu... Ensuite, c'était pas... Hum... Euh... Au début que j'ai fait appel à elle, c'était pas... Pour ça, MAIS dans mon parcours de grossesse euh, j'ai décidé de... Planifier un accouchement à domicile. Et du coup euh... Ben c'était IMportant pour moi aussi, le jour de l'accouchement, d'être bien entourée. Et... Comme mon mari, au départ du projet, il était un peu... Hum... Un peu... Un peu... Il se questionnait... Et... Il savait pas... comment il allait pouvoir euh... Me soutenir... Euh... Je le sentais pas hyper engagé dans le projet comme la plupart des papas

euh... Souvent, les mamans se... S'investissent plus en premier, dans la grossesse, dans l'accueil de l'enfant... Elles prennent beaucoup d'infos et les papas, ils sont un peu plus en retrait et... Il rattrape au fur et à mesure. Donc c'est ce qui s'est passé aussi pour nous... Et... donc comme je... Savais... Pas... A quel point j'allais pouvoir compter sur lui le jour de l'accouchement... Bah j'avais envie aussi euh... D'avoir ma doula pour euh... Hum... Pour me soutenir en fait, d'une autre manière. »

Enquêteur : « D'accord, ok. Et... Est-ce qu'elle était, par exemple, Elle était là euh... Avant. Pour tout ce qui est deuil de vos fausses couches ou euh... Ou ça a seulement commencé à cette grossesse-là ? »

Enquêtée B : « Hum... Nan, je crois que... Pour moi, ça a seulement commencé euh... Quand j'étais enceinte de... De mon fils. Euh... Mais, c'est vrai que comme on se connaissait déjà, en fait, ça faisait aussi du sens pour moi de la choisir, parce que... Le premier cercle de femmes auquel je suis allée avec elle, j'avais parlé de mes questionnements sur mon désir d'enfant. J'étais... Pas du tout encore... En train de... Lancer un projet bébé. J'avais une contraception et tout, mais je me questionnais : « tiens, est-ce que je voudrais un enfant un jour ou pas ? Pour quelles raisons ? ». Et j'avais parlé de ça, la première fois qu'on s'est rencontrées. Et c'est vrai que... A chaque cercle, bah il y avait quand même souvent des sujets... Soit sur le désir d'enfant, soit sur le deuil, les fausses couches donc, elle connaissait déjà mon... Un petit peu mon chemin et... Elle m'avait déjà accompagné mais d'une autre manière, pas en tant que doula. »

Enquêteur : « D'accord, ok, oui, ok. Euh... Quelles attentes aviez-vous du coup au départ au niveau de... De l'accompagnement de... De [Nom de doula 2] ? »

Enquêtée B : « Alors moi c'était pas [Nom de doula 2] du coup, moi c'était euh... [Nom de doula 1]. Hum... C'est bien par [Nom de doula 2] que j'ai aussi... J'ai aussi eu quelques soins postnatals, que je connais aussi. Euh... Mais du coup, la doula qui m'a suivi pendant la grossesse c'était [Nom de doula 1]. Et du coup je suis désolée j'ai oublié la question... »

Enquêteur : « Bas oui, c'est ma faute (Rire) euh... Quelles attentes aviez-vous euh... Au début de la grossesse envers la doula ? »

Enquêtée B : « Hum... Alors mes attentes euh... Hum... (Pause de réflexion) C'est un vrai sujet parce qu'en fait, On... On a... On a... Hum... Ça a été inconfortable à un moment donné dans l'accompagnement sur ce sujet-là euh... Du coup c'est intéressant qu'on... Qu'on l'aborde. En fait, j'étais la pre...mière cliente euh de [Nom de doula 1] après sa formation. Elle avait déjà eu un couple... Pendant sa formation pour euh... Je pense son... C'est pas un mémoire mais euh... Pour valider en fait sa fin d'étude, elle devait accompagner un couple. Et... Hum... Et nous, avec mon mari, on était le 2e couple du coup qu'elle a accompagné euh... Là une fois, qu'elle était vraiment installée, donc c'était les débuts pour elle et du coup, forcément elle définissait aussi euh... Bah son offre et tout ça... Et... Hum... bah moi, je crois que c'était vraiment l'attente de... L'accompagnement émotionnel, du soutien euh... D'une autre femme qui est déjà PASSEE par là, c'était vraiment ça et... (Pause de réflexion) Du coup... Moi, je me disais : « je la contacte que quand j'ai besoin » et à un moment donné, il y avait eu ce... Hum... Ce truc où [Nom de doula 1], elle m'avait dit : « bah quand même, ce serait bien qu'on se voit » Parce que du coup, pendant les 3 premiers mois, on était pas mal en lien sur cette anxiété de la fausse couche et tout. Puis après, il y avait une pause... Parce que, elle m'avait dit en général c'est à peu près entre 6 et 9 mois que... L'accomp...L'accompagnement de doula intervient. Et... Vers les 6 mois, moi je... J'é...J'éprouvais pas de besoin, j'étais super bien dans ma

grossesse... Tout allait bien, donc euh... Hum... Je ne l'avais pas forcément recontacté. J'avais juste vu avec elle que hum... Bah comme je souhaitais faire l'accouchement à domicile, est-ce qu'elle pouvait être présente, comment on pouvait s'organiser et tout. Donc on avait... Parlé un peu de cette logistique-là mais on a...vait pas planifié d'entretien particulier et puis, elle était revenue vers moi en me disant : « Bah j'aimerais bien qu'il y au moins... » Euh... je sais plus si c'était 2 ou 3, ou 3 ou 4 hum... séances avant euh l'accouchement euh... Et du coup moi je lui disais : « Bah, sur quels thèmes ? Qu'est-ce que tu me proposes ? » Et elle me disait : « Ben non, moi je vais pas te proposer, les thèmes doivent venir de toi ». Mais moi, j'avais... J'éprouvais pas spécialement besoin en fait... Parce que je m'étais déjà beaucoup euh... Renseignée, documentée euh... Sur internet. J'avais euh... Euh... Pris une forma... Enfin, plusieurs formations en ligne pour l'accouchement physiologique donc j'avais déjà eu beaucoup d'informations. Et... Aussi ma sage-femme ben... Faisait le suivi de grossesse et la préparation à l'accouchement. Ma sage-femme libérale. Donc euh... Voilà, j'éprouvais pas spécialement le besoin, j'avais pas d'attente en fait supplémentaire que de me soutenir dans les... Moments difficiles en fait. »

Enquêteur : « d'accord, oui. Hum... Et je me pose juste une question mais... *[Nom de doula 1]* est intervenue euh... dans ce moment en fait de la grossesse et *[Nom de doula 2]* est intervenue plutôt sur le post partum si je... Si je comprends bien, c'est ça ? »

Enquêtée B : « *[Nom de doula 1]* aussi en post partum, euh... *[Nom de doula 1]* toujours sur le même aspect euh... De soutien émotionnel. Euh... on échangeait plutôt des messages ou on s'appelait... Et hum... A l'époque comme *[Nom de doula 1]* ne faisait pas encore de massage en fait euh... Et de rebozo, j'avais pris un... Un soin, euh... Enfin, deux soins je crois, euh... Massage rebozo avec *[Nom de doula 2]*, voilà, c'est pour ça. »

Enquêteur : « D'accord, ok. Euh... A quel moment... Hum... A quel moment *[Nom de doula 1]* est-elle intervenue dans votre parcours ? »

Enquêtée B : « Au premier mois jusqu'au postnatal, parce qu'il y a eu vraiment euh les 3 premiers mois euh... pas mal d'échanges... Messages ou... Appels, surtout... Surtout message. Euh... Après de... 7 à 9 mois, il y a eu quelques rendez-vous..., La présence le jour de l'accouchement et puis après, encore quelques échanges euh... Messages ou appels dans le postnatal, dans des moments euh... Un peu difficile. »

Enquêteur : « ok, et donc au total ça faisait à peu près combien de séances euh sur tout le long du... Du parcours ? »

Enquêtée B : « Hum... (*Pause de réflexion*), il faudrait que je revérifie pour te dire le... truc exact, il faudrait que je reprenne mes comptes pour voir mais euh... (*Rire*) C'était peut-être 5-6 séances quelque chose comme ça. Ou peut-être... 4-5 séances vraiment... En termes de séance où on s'est vu et après, *[Nom de doula 1]* faisait un forfait de... Disponibilité euh... Téléphonique, et du coup j'avais... J'avais pris sa... Hum... Un forfait de disponibilité euh... ça je suis sûre en... de 1 à 3 mois. En postnatal, je sais plus si j'ai pris ça, j'ai un doute. Et... Bah, le forfait de présence à l'accouchement. »

Retour par SMS le 15 janvier 2024, 20h23 : « Pour [Nom de doula 1] : 1 forfait permanence Whats'app + 3 rdv avant accouchement, la présence à l'enfantement, 4 rdv post-partum. Pour [Nom de doula 2] : 1 soin rebozo, 1 goûter des mamans ».

Enquêteur : « D'accord, ok. Parce que ce sont des... Les séances par exemple, ça dure quoi... 2 heures ? C'est ça ? »

Enquêtée B : « 1 h 30, ouais, à peu près »

Enquêteur : « Ok, très bien et euh... Par exemple dans les séances en tout cas, de face-à-face, ça se passait comment ? En fait... Euh... Quel était le contenu de vos séances ? »

Enquêtée B : « Ouais, bah... Nous, dans notre cas, ça n'a été que de la parole euh... Parce que j'étais déjà accompagnée sur les mouvements, sur les choses comme ça par d'autres euh... Ressources. Hum... Donc souvent, elle me demandait déjà bah... Comment ça allait... Euh... Une petite actualisation. Et puis après, on parlait euh... soit de mes questions, des sujets qui me... Voilà, qui étaient présentes pour moi à ce moment-là. Soit, on avait par exemple une séance sur le projet de naissance... Euh... qu'est-ce qu'on a eu d'autres ?... On a eu une séance euh... En fait hum... Avant l'accouchement avec euh [*Nom de doula 1*] ET ma sage-femme à la maison pour euh... Repérer un peu les lieux euh... Pour l'accouchement, et ce qu'il y avait eu d'autres thèmes particuliers ? Oui, il y avait une fois où [*Nom de doula 1*] euh m'avait proposé de parler des... Hum... (*Pause de réflexion*), Euh... De mes peurs et de... Hum... D... Du transfert fin, de si... Le projet ne se passait pas euh comme prévu euh... Comment j'allais réagir, comment on peut se réadapter, parler un peu de... Euh... Il y a le projet de naissance... Evidemment, qui est l'idéal et puis si ça tourne autrement, Ben... qu'est ce qui peut se passer d'autres ? Balayer un peu le champ des possibles et... Comment je peux euh réagir pour euh... Quand même bien vivre les choses quoi. »

Enquêteur : « Oui, ok, ok. Et la sage-femme c'était euh... Quelqu'un qui était proposée euh... par [*Nom de doula 1*] ou c'est vous qui avez mis directement euh... Choisissez votre sage-femme et vous les avez mis ensuite en lien ? »

Enquêtée B : « Oui, c'est moi qui ai choisi et je les ai mis en lien, ouais. »

Enquêteur : « Ok, très bien. Elle ne se connaissait pas particulièrement avant euh... ? »

Enquêtée B : « Nan »

Enquêteur : « Ok. Euh... Est-ce que... Est-ce que l'ensemble des séances se sont passées à domicile ? »

Enquêtée B : « Euh oui, chez moi, ouais. »

Enquêteur : « Ok, très bien. Et pour le post partum euh... C'était... C'était quoi qui était proposés comme euh... Comme euh... Comme euh séances ? »

Enquêtée B : « Euh... Pour le postnatal, j'ai eu que des échanges à distance avec [*Nom de doula 1*] euh... Appel téléphonique ou... Ou... Ah si ! Une fois, elle est venue euh... Appel téléphonique ou message et une fois, elle est venue mais je suis pas sûre, que c'était une séance. Euh... Je sais qu'elle est venue rencontrer mon fils et qu'on a reparlé de l'accouchement, mais je me souviens plus si c'était une séance officielle ou pas. Est-ce que tu voudras que je revérifie euh... Et que je te le redise après ? »

Enquêteur : « Euh... Ben oui, si c'était une séance, ouais, ça peut être intéressant, effectivement. »

Enquêtée B : « Je me note un petit... Un petit rappel du coup, pour te le dire, hum... Tac. Je pense que je vais retrouver ça... Dans mes comptes, je vais voir si je l'ai payé ou pas (*Rire*). Je t'envoierai un petit message. »

Enquêteur : « Ok top, c'est gentil, merci. Et euh... En tout cas, pendant l'accouchement en fait, ça a été quoi le... Le rôle vraiment de [*Nom de doula 1*] ? est-ce que par exemple elle a... Elle a dû faire des... Des gestes ? Est-ce que tu attendais quelque chose de particulier euh... De [*Nom de doula 1*] pendant... Pendant l'accouchement ? »

Enquêtée B : « Alors, ce qu'elle a fait... Euh... C'était d'abord logistique. Euh... A un moment donné euh... Hum... Euh... Parce qu'on avait une piscine d'accouchement euh... Ce jour-là, à la maison, et puis... L'eau avait refroidi... Et du coup euh... Du coup on voulait... Remettre un petit peu d'eau chaude, pour que je retourne dedans, et... En fait, y avait plus du tout, d'eau chaude dans notre ballon d'eau chaude, on l'avait fini (*Rire*). Et du coup... Avec mon mari, Ben ils ont chauffé des casseroles sur la gazinière et ils faisaient des allers-retours pour remplir donc déjà, c'était ça (*Rire*). Euh... Ensuite euh... Ben c'était vraiment de relayer mon mari... Parce que moi je... Hum... j'étais dans mon truc, je faisais mon truc mais hum... J'avais quand même besoin d'une présence, d'un soutien... Et du coup, bah pendant... Tout le début, il y avait ni sage-femme ni doula, donc c'est mon mari qui... Qui était auprès de moi. Et en fait, moi je me rendais pas compte parce que... J'étais sous les hormones de l'accouchement, donc je sentais pas la fatigue, j'étais à fond, mais mon mari, il était EPUISE parce que... Bah mine de rien, ça dure super longtemps. Et... du coup, quand [*Nom de doula 1*] est arrivée, Ben mon mari a pu s'allonger sur le canapé, récupérer un peu et [*Nom de doula 1*] est venue près de moi, juste pour me parler un peu... Ou me masser un peu le dos... Et... Comme ça, je sentais la présence, j'étais pas toute seule et mon mari, il a pu lui se reposer quoi. »

Enquêteur : « D'accord, et la sage-femme était déjà présente à ce moment-là ? Est-ce que le travail était vraiment commencé ? »

Enquêtée B : « Oui. Alors, alors, le truc hum... Dommage euh c'est que... Une doula ne peut pas être présente SANS la présence d'une sage-femme et... C'est sûr que, d'un point de vue... Des parents ça serait 1000 fois mieux que la doula puisse venir euh... Dès le début, vu que c'est le soutien émotionnel... L'accompagnement... Mais... Dans leur déontologie pour ne pas hum... S'exposer... Voilà, tu connais ? Oui, du coup euh... La plupart ne... Ne viennent pas euh... S'il y a la sage-femme et du coup, c'est vrai que... Hum... Bah... Il fallait attendre que ce soit intense pour euh... Pour avoir le soutien des DEUX en même temps, doula et sage-femme. Alors, que ça aurait été MIEUX, d'avoir le soutien de la doula QUAND on n'était pas encore DANS le truc euh... Médical et... Et la fin quoi, mais... Bon voilà, c'est pas possible. (*Rire*) »

Enquêteur : « Et je pense effectivement à ce côté un peu déontologique, est-ce que par exemple, le fait d'être affiliée à... L'association doulas de France, est-ce que c'était un plus pour vous ? pour choisir [*Nom de doula 1*] ? ou ce n'était vraiment pas quelques choses de... D'important ? »

Enquêtée B : « Non. Non, pour moi ce n'est pas important. Je... Bon là, en l'occurrence je la connaissais mais même si je l'avais pas connu euh... Je pense que j'aurais plutôt regardé euh la vibration... Est-ce que j'ai le feeling, en fait. Et... J'aurais pas du tout regardé ce type d'information. »

Enquêteur : « Ok, très bien. Euh... Humm... Est-ce que la doula vous a accompagné exclusivement ou est-elle... Ou était-elle également présente pour votre mari ? »

Enquêtée B : « Euh... Alors, son intention c'était vraiment d'être présente pour mon mari... Plusieurs fois, elle l'a... Hum... Elle lui a envoyé des... Des petits appels euh... Du pied, des petites propositions euh... Hum... Voilà, est-ce que lui il voulait parler, qui... Qu'il pouvait la contacter euh... même euh... Sans moi et tout... Et tout. Mais, mon mari n'a pas... Sciemment éprouvé le besoin euh... Donc ça s'est pas vraiment produit. En fait, il y a des... Séances on était tous les 3, donc là, bien sûr, bah ils participaient à l'échange, mais y a pas eu de... Séance que avec lui, ou de sujets que... Que pour lui. Et par contre, si, le moment quand même, où il y a eu que pour lui, c'était... Bah, pendant l'accouchement justement, mais AVANT euh... Que doula et sage-femme arrivent. Euh... Alors... Nan, peut être même... (*temps de réflexion*) Si, je pense que c'était avant. En fait, euh... Ma sage-femme, donc elle venait à domicile euh... Et à un moment donné, elle a... envoyé un message à [*Nom du père*], mon mari, pour lui dire que : « elle devrait s'absenter de telle heure à telle heure, parce qu'elle avait un impératif » et... Bon ben... On savait pas... où ça en serait à ce moment-là, évidemment. Mais du coup, lui, il savait que... Il y avait ça. Et je sais, qu'à ce moment-là il a contacté [*Nom de doula 1*] pour la prévenir et... [*Nom de doula 1*] l'a un peu aidé à gérer émotionnellement parce que, lui dans sa tête il s'est dit : « Euh... bah si c'est le moment où le bébé sort » donc voilà, c'était... Là pour le coup, elle l'a... Elle l'a soutenu euh... Lui, émotionnellement, sans que moi, je m'aperçoive de rien donc euh... Ils ont géré ça de leur côté. (Rire) »

Enquêteur : (Rire) « Ok, très bien. Ok. Et euh... Est-ce que par exemple vous avez eu hum... Alors après, je sais que du coup, c'était le début de votre doula, mais est-ce que vous avez eu l'occasion de participer par exemple, à tout ce qui est collectif ? »

Enquêtée B : « Nan. Elle ne le proposait pas encore. »

Enquêteur : « D'accord, et si c'était quelque chose qui... Qui avait pu être proposé euh... Par exemple, est-ce vous auriez participé ? »

Enquêtée B : « Euh oui, je pense que ça m'aurait plu. Ouais, ouais, tout à fait. »

Enquêteur : « Vous pensez que ça aurait... Ça aurait apporté quoi de plus dans votre accompa... Votre accompagnement euh... De votre bien-être ? »

Enquêtée B : « Bah de... C'est toujours ce même truc de... Pas se sentir seul en fait euh... Notamment, je sais que, les cercles de femmes, bah, elle continue d'en proposer aussi dans son activité de doula. Et euh... Je trouve ça génial pour euh... Hum... Pour connecter... à d'autres femmes enceintes ou... D'autres mères et se sentir moins seule. Euh... Et puis aussi, maintenant qu'elle fait la danse prénatale euh... Je pense que ça, ça m'aurait bien plu aussi pour euh... A la fois... Moi, j'ai fait du yoga... Prénatal mais... ce que j'aimais bien, c'était qu... A la fois ça permettait de bouger, tout en... Bas, en étant sûr que... C'était pas nocif pour le bébé, puisque c'est une activité euh... Adaptée. Et aussi... Connectée avec d'autres euh... D'autres femmes, parce que... Ben notamment, moi, en plus j'ai été quasiment en arrêt toute ma grossesse parce que du coup... Euh... J'ai fait une menace de fausse couche quand même à... 6 semaines euh... De grossesse... Pour mon fils. Et du coup, le médecin m'a arrêté en me disant : « non... Mais là... Cette fois-ci, on prend plus de risques. Euh... Vous arrêtez le travail. » Et je pense que, c'était... C'est l'une des raisons, sans doute, qui a fait que... du coup ça s'est bien passé, et... Du coup, c'est vrai que j'étais quand même isolée chez moi, pendant longtemps, et euh... ça fait du bien de... Hum... Donc bien sûr, toutes les femmes, pendant leur congé maternité ont ce

truc là, mais moi c'était encore plus long. Et... Je trouve que ça fait du bien de... De voir d'autres femmes enceintes à ce moment-là euh parce qu'on est quand même un peu focus euh... Bébé quoi et... Ben, nos amis... Ou nos proches, sont pas forcément dans le même mood et du coup euh... Non seulement d'avoir notre doula avec qui on peut en parler, qui est PASSIONNÉE par le sujet, et aussi d'autres femmes enceintes, dans l'entourage. Je trouve que c'est chouette, ouais.
»

Enquêteur : « Ok, très bien. Euh... Je vais passer un peu à la partie financement. Euh... Existe-t-il des aides financières pour recourir à une doula ? »

Enquêtée B : « Hum... A ma... Connaissance, non. En tout cas, je n'en ai pas... Sollicité. »

Enquêteur : « Hum... Si ça ne vous dérange pas, à combien estimez-vous à peu près le coût de... De l'accompagnement que tu as eu... Euh... Avec *[Nom de doula 1]* et aussi avec... *[Nom de doula 2]* ? Hum... Le total ? »

Enquêtée B : « Oui. Bah ça ne me dérange pas. Je pourrais te le redire parce que là, j'ai pas le chiffre en tête mais c'est... Assez conséquent hein. Ouais, ouais, je sais que, j'avais fait le... C'est plus de 1000€, ça c'est sûr. Euh... J'avais fait le calcul parce que, pour les... Je crois que j'avais le do... Je l'avais déclaré dans les impôts, on peut avoir un... Hum... Un crédit d'impôt de 50%. Ah bah si ! Ça, c'est quand même une aide, du coup. J'avais pas pensé dès le début en fait, mais... Après quand j'ai fait mes impôts je l'ai... Je l'ai inclus et... du coup, ça c'était chouette. Ça m'a... C'était un rembourse... Fin, un remboursement, un crédit d'impôts... Euh... Qui m'a fait baisser... Le coût euh... J'avais mis en tant que... Intervenante à domicile. Et... Du coup euh... Du coup, ça m'avait permis de baisser. Pour *[Nom de doula 1]*, pas pour *[Nom de doula 2]*, mais pour *[Nom de doula 1]*, j'avais fait ça. Je... Je regarderai ce soir euh... Hum... Je referai la liste et puis je te dirai. »

Retour par sms le 15 janvier 2024 à 20h23 : “J’ai dépensé 1300€ auprès de *[Nom de doula 1]* et 95€ auprès de *[Nom de doula 2]*”

Enquêteur : « Ok, très bien. Ouais, ça serait top. Après euh... Il nous faut une estimation euh... Un peu large. Euh... De quelle manière avez-vous réglé tes séances ? »

Enquêtée B : « En... Vir...e...ment bancaire avec *[Nom de doula 1]*. Et... Avec *[Nom de doula 2]*, je me souviens plus... (*temps de réflexion*) Peut-être même pareil. Parce que comme euh... je suis, je suis allée chez elle alors du coup, je me souviens plus trop. Je pense que, c'était soit chèque ou virement mais j'ai un doute. »

Enquêteur : « D'accord, ok très bien. Donc virement bancaire, pas de euh.. J'ai oublié le nom euh... Mais euh comme des chèques emploi services, c'est pas ça le nom... »

Enquêtée B : « Ah oui, le CESU ? Ah oui, c'est vrai j'ai euh.. oui c'est vrai, j'ai hum... Heureusement que tu le redis. Oui, j'ai payé une partie en CESU, quand même avec *[Nom de doula 1]*. Ouais voilà, tu vois j'y pensais même plus, ouais. »

Enquêteur : « Ok, très bien. Hum... Avez-vous été suivi par d'autres professionnels lors de votre grossesse ou de l'accouchement ? »

Enquêtée B : « Bah du coup, une sage-femme libérale et puis euh... Une... Ostéopathe qui était aussi, prof de yoga donc j'ai fait euh... Plusieurs séances d'ostéopathie pendant la grossesse et, une en... Post-natale. Et aussi euh... Bah plein de séances de yoga »

Enquêteur : « Ok. Donc c'était avec en fait le... L'ostéopathe ? »

Enquêtée B : « Oui. »

Enquêteur : « Ok, très bien. Hum... Globalement hein sans parler forcément que de la doula, mais comm... Comment avez-vous ressenti cet accompagnement ? »

Enquêtée B : « Euh... (*temps de réflexion*) Globalement Bi...en. Globalement, je... Hum... Je me suis bien entourée, je crois que, j'ai un petit tiré enseignement comme je te disais tout à l'heure euh de mes précédentes expériences, et là j'ai décidé de m'entourer, de me faire chouchouter. Donc globalement, j'étais contente. Euh... Hum... (*temps de réflexion*), J'ai l'impression qu'à certains moments, je pouvais quand même avoir des attentes qui étaient pas... Forcément répondues. Euh notamment avec la sage-femme ou avec l'ostéo... Mais... Bon, c'était ponctuel. Et... C'est vrai que, je me suis aussi beaucoup responsabilisée. Bah, d'une part parce que c'est mon caractère, et d'autre part, parce que j'avais beaucoup de temps. Comme je t'ai dit, j'étais en arrêt. Donc, j'ai quand même beaucoup de moi-même, euh... Fait des recherches euh... Je me suis formée, je me suis documentée pour euh... Bah, pour prendre mes décisions sur ce projet d'accouchement et... Pour le mener à bien. Donc euh... Globalement, je me sentais euh... Euh... Bien informée et bien... Bien préparée quoi. »

Enquêteur : « Ouais. Et par exemple, Ces attentes... C'était sur quoi en particulier si ça ne te dérange pas de... De me le dire ? »

Enquêtée B : « Ben, je pense que c'était peut-être sur euh... C'est pas... Très très... Précis dans ma tête, dans mes souvenirs mais hum... Je pense que c'est que j'aurais aimé parfois qu'on... Prenne plus de temps. Pour le coup euh... Euh J'ai pas ressenti ça avec [*Nom de doula 1*], mais avec euh la sage-femme et l'ostéo euh... Euh... Oui, moi je suis plutôt quelqu'un qui parle beaucoup... Qui a beaucoup de questions... Et... Et du coup, bah dans le cadre des rendez-vous euh... Hum... Tu vois ? plus... Plus normé de... Des professionnels de santé euh... C'était parfois un peu court pour moi quoi. »

Enquêteur : « Bah oui, oui. Ok. Je vois très bien. Euh... Hum... Qu'est-ce qu'une doula t'a apporté de plus que euh... Ton entourage donc par exemple euh... Une maman ou... Une cousine, une amie ? »

Enquêtée B : « Hum, Hum. Bas, euh... Je trouve vraiment le fait, qu'elle soit... Passionnée par euh... la périnatalité, euh... ça fait que, je pouvais euh... Tout le temps lui en parler, tout le temps lui partager mes ressentis qu'ils soient... Hum... Joyeux ou... Plus difficiles et qu'elle les accueillait toujours en fait... Bah, déjà le fait que ce soit une professionnelle, forcément. Elle va les accueillir euh... Parce que c'est son travail alors que... Ma mère ou une amie, bah... Si elle a autre chose à penser et à ce moment-là, elle va peut-être pas avoir de temps pour moi, donc déjà il y a ça. Et... Et en plus, le fait qu'elle soit... Passionnée... Par ce sujet-là, ben... Je savais quelque part, que ça allait toujours l'intéresser que, je lui partage sur euh... Sur ses sujets là. Euh... Alors que, j'aurais pu... Plus me retenir peut-être avec d'autres personnes euh... Soit que ça ne les intéresse pas, soit qui sont pas dans CE moment de vie-là. Euh... Donc pour moi, c'était hyper précieux. Ouais, d'avoir euh... Hum... Un peu ce canal euh... D'échange euh... Ou... Je savais que... Que j'allais avoir des réponses euh... Hum... Positives, accueillantes quoi. (*Temps de réflexion*) Et puis bien sûr, le fait qu'elle euh... Qu'elle connaisse euh... Et de par sa formation, et de par... Son expérience, et les expériences de ses Enquêtées euh... bah ces moments de vie-là. Euh... elle avait encore plus de..., de... d'empathie... Et

aussi de... hum... de choses à me répondre que... quelqu'un qui est juste euh... madame tout-le-monde quoi. »

Enquêteur : « Oui, oui, ok. Euh... Hum... Es-tu satisfaite des... De l'ensemble des services qui ont été fournis par TES doulas, du coup ? »

Enquêtée B : « Oui, oui, oui. Totalement. »

Enquêteur : « Ok. Hum... As-tu perçu un écart entre tes attentes euh... Et la réalité de la prestation ? »

Enquêtée B : « Ben, je dirais que le seul écart... C'est euh... Par rapport à la présence à l'accouchement mais... C'est un écart entre MON idée de départ et la réalité mais c'est pas un écart euh [*Nom de doula 1*] me l'a jamais vendu elle. Voilà, euh... Mais du coup je... C'est vrai que, au début, quand je me suis dit : « je veux une doula à mon accouchement », c'était pour qu'elle puisse m'accompagner avant que la sage-femme arrive. Et du coup, bah, finalement euh... C'était pas ça quoi. »

Enquêteur : « Oui, ça a pu se faire. Hum... Conseillerais-tu cet accompagnement à ton entourage ? »

Enquêtée B : « Ah oui, oui, oui complètement. Je l'ai fait d'ailleurs (*Rire*). »

Enquêteur : « Ok d'accord. Et euh toute dernière question du coup, euh... Hum... Referais-tu appel à une doula, si c'était à refaire ? »

Enquêtée B : « Hum Hum. » (Validation de la tête)

Enquêteur : « Est-ce que ça serait la... »

Enquêtée B : « Après, alors c'est vrai que je te... Je te réponds oui spontanément euh... Hum... il y a aussi quelques... Pour le coup, Hum... Ça reste sur le même sujet de cette présence à l'accouchement euh... Mon mari du coup, il a MAL vécu parce que hum... le pré-travail en fait euh... Fin... En tout, ça a duré euh... 2 jours et demi et 3 nuits, mon accouchement. Même si, c'était... Du pré-travail, tu vois ? Pendant un certain temps mais, en tout cas c'était déjà des contractions et nous on était déjà en mode accouchement quoi. Même si, du point de vue médical, on appelle pas ça : « le travail ». Et donc euh... Et donc bah... On était quand même sur le pont on va dire, pendant... Tout ce temps-là, et... Dans l'attente en tout cas de notre bébé... Et... Dans... Voilà, la... On faisait des actions pour euh... Pour... Pour se mettre dans cette intention. Et donc euh... Mon mari, lui, il a... Encore plus mal vécu que moi que... [*Nom de doula 1*] puisse pas venir, parce que comme je te disais tout à l'heure, il était vraiment épuisé et il trouvait ça euh... Euh... Trop pour lui tout seul quoi, de m'accompagner euh pendant ce temps-là. Et donc euh... Parce que du coup euh... La doula et sage-femme sont arrivées à 02h00 du matin, la dernière nuit, et j'ai accouché à 13h45. Elles sont pas restées longtemps mais... En tout cas, c'était que sur finish que... Elles ont été là, un petit peu quoi. Et donc euh... Mon mari m'a dit : « si on un autre enfant euh... Je veux pas revivre ça (*Rire*) ». Il m'a dit : « Je veux quelqu'un euh... Je veux quelqu'un dès le début en fait avec moi. C'est trop d'être tout seul euh, pour te soutenir » et coup c'est vrai que, bon, honnêtement là, je pense pas qu'on aura de deuxième enfant mais, si jamais on en avait un ET que je... Voulais refaire un projet à la maison, ce qui serait le cas de toute façon. Euh... Voilà, mon mari m'a un peu posé ça comme condition et du coup, je m'étais dit : « bah probablement que je demanderais à une de mes amies euh... Très proche euh... Qui est aussi, un petit peu dans ce... Cette ambiance-là. Euh... De

venir. Et... Du coup, bah se pose la question, si mon amie vient, peut-être euh... Peut-être, ça fait moins de sens qu'il y est une doula. En tout cas, pour l'accouchement, je pense qu'il y aurait du coup euh... Peut-être que mon amie est une sage-femme. Et après, en dehors de ça euh... Oui, par contre je pense que pour euh... Hum... Pour des rendez-vous plutôt, je pense que j'axerai plutôt du coup sur euh... des pratiques euh... Type massage euh... Danse prénatal et tout ça. Et hum... Ça serait un peu le prétexte, a... Avoir aussi un échange parce qu'avant le massage, ou le rebozo, il y a de toute façon un petit temps de partage OU la connexion à d'autres femmes, comme on disait tout à l'heure euh... Dans un cours de danse prénatal, bah y a d'autres femmes. Je pense que, je ferais plutôt appel euh... Sur cette modalité-là, si j'avais une autre grossesse. »

Enquêteur : « Ok, Ok. Donc oui plutôt collectif ou soin. Et euh... J'avais une petite question mais je l'ai oublié... Euh... Oui, donc effectivement ça sera un accompagnement vraiment sur ces 2 jours euh... Voir 2 jours et demi qui... qui du coup étaient un pré de travail ? »

Enquêtée B : « Oui. Ouais. Je pense que... Bah, du coup c'était du... Euh... Que je ne te dise pas de bêtises... Du je crois que t'es du vendredi vers 17h00 jusqu'au... Bah dimanche soir 2 h du mat, que l'on était tous les 2, avec mon mari quoi. Et... Et ensuite, c'était que... Euh... Voilà, doula et sage-femme. Elles sont restées de 2 h du mat à... Peut-être à peu près 7h - 7h30 du matin et ensuite, elles sont revenues vers 09h00. Et puis ensuite euh... La sage-femme m'a transféré à l'hôpital, donc elles sont reparties, et j'ai... Et je suis allée à l'hôpital et j'ai accouché à l'hôpital. »

Enquêteur : « D'accord ok, et euh... Hum... c'est vrai que oui, je... Je... Je... La question m'était pas venue avant mais maintenant, elle me vient. Pourquoi... Pourquoi particulièrement à domicile plutôt qu'à l'hôpital ou sur un plateau technique ? »

Enquêtée B : « Un plateau technique euh... C'était loin de chez nous, c'était à peu près 1h de route, et mon mari trouvait que sa sécurisait pas. Il trouvait que c'était trop long euh... Pour m'emmener en voiture dans ce moment de stress et tout. Il le sentait pas. Et... Ben... Moi je hum... Comment te dire... Je pense que, j'avais une peur euh de... Pas créer un lien d'attachement suffisamment fort avec mon bébé. Tout est parti de là, en fait. Et du coup, j'ai... Je me suis un peu documentée sur c'est quoi l'attachement ? comment ça se créer ? Entre mère-enfant, tout ça. J'ai vu que bah... Plus c'est physio, plus le lien d'attachement se créer naturellement, que ce soit avec l'allaitement ou avec un accouchement physiologique sans péridurale et tout. Et du coup, bah... En me documentant, en me documentant, j'ai vu tous les... Hum... Toutes les problématiques de la surmédicalisation et j'avais pas envie de tomber là-dedans en fait, parce que je voyais bien que ça risquait de rendre plus difficile mon lien d'attachement à mon bébé, donc du coup c'est pour ça que je me suis tournée vers l'accouchement physio. »

Enquêteur : « Ok, très bien. C'était à peu près tout ce qui me venait euh... Si, j'ai une question mais alors celle-ci elle est hyper... euh... Un peu question de débutante mais, moi je me demande euh... Hum... Comment en fait ? elles ont su qu'il fallait venir en fait précisément à 02h00 du matin, et... Et pas avant ou pas après ? »

Enquêtée B : « Non, non pas de soucis euh... Tu fais bien de la poser euh... Hum... Alors hum... c'est du coup la sage-femme qui décide, quand elle vient ou pas, et en tout cas dans notre cas, c'était la sage-femme qui décidait et puis [*Nom de doula 1*], bah elle suivait. Et... Euh la sage-femme que j'avais, elle est plutôt euh... Très peu interventionniste. Elle essaye de venir le plus tard possible, pour laisser le couple gérer et arriver quand... Voilà, quand... C'est sérieux

et que ça va se finir bientôt. Euh... Hum... Dans notre cas euh... On... Normalement pour... Détecter ce moment-là, en fait c'est... Au son. C'est à dire qu'elle est en lien avec le papa euh... Soit par SMS soit par téléphone, et donc euh... Bah le futur papa, lui envoie un message : « Ah ! elle commence à avoir des contractions ». Alors il peut dire aussi : « toutes les X minutes », de combien de temps ça peut être... Des... Des éléments chiffrés mais c'est surtout, elle en fait au... Hum... Au feeling du son et de la... Panique du papa. (*Rire*) Donc en fonction de comment l'appel le papa et surtout, ben quand c'est au téléphone, elle lui demande soit euh... : « ben elle est comment ? C'est quoi sa tête ? Euh... Est-ce qu'elle pousse des cris ? » Ou alors, carrément elle l'entend en fait, à travers le téléphone. Et... Hum... Elle nous expliquait, et même en amont hein, elle était transparente là-dessus que, ben quand... Quand on passe un certain cap en fait on... Il y a une dé-sin-hi-ba-tion et on... Voilà, on pousse des cris, qu'on pousserait pas dans... Dans le temps normal ou on se contrôle. Donc là, c'est comme ça qu'elle sait si c'est bon elle peut venir »

Enquêteur : « Ah oui d'accord. Oui. Je comprends un peu le stress du papa je crois. » (*Rire*)

Enquêtée B : (*Rire*) « Bah après euh... Elle nous... Elle nous explique ça hein en préparation donc euh... Donc on le sait, mais c'est sûr que la première fois où on le vit, c'est quand même impressionnant et puis bah, nous dans notre cas, elle a... Elle est venue plus tôt parce qu'en fait, j'ai eu... J'ai eu une sorte de panique à un moment donné euh... Donc ça faisait bah... De... 2 jours et 2 nuits que, que j'étais en travail et euh... Qu'est ce qui m'est... A là ça m'échappe... Ce qui m'est passé par la tête ? Je sais... Sais que j'étais dans la piscine... (*temps de réflexion*) et tout d'un coup, j'ai eu un... Une peur, je sais plus si c'est que je sentais plus le bébé bouger ou... Il y a eu quelque chose ou tout d'un coup, j'ai paniqué j'ai dit à Mathieu : « appelle Héléna, je veux qu'elle vienne, je veux qu'elle vérifie » parce que... Tout d'un coup, j'ai l'impression qu'il y avait un truc qui allait pas quoi. Donc du coup, bah c'est même si elle voyait bien que c'était pas ASSEZ avancé par rapport à... son timing habituel bah elle est venue pour me rassurer quoi. »

Enquêteur : « ok. Ok très bien. Bah c'est à peu près tout ce que j'avais comme question. Je sais pas si tu veux rajouter quelque chose qui te semble intéressant ? »

Enquêtée B : « Hum... (*temps de réflexion*), Nan... Là, comme ça euh... Ce qui me vient, c'est... Hum... Mais je pense pas du coup, que ça soit dans le sujet de ton mémoire. Ce qui me vient, c'est un peu la spécificité des doulas. En quoi c'est... C'est une posture vraiment différente de... De ce qu'on expérimente ET dans notre entourage ET dans les professionnels de santé. Mais du coup, c'est peut-être pas... Trop dans ton sujet finalement. »

Enquêteur : « Vas-y dis toujours (*Rire*). Je prends euh... »

Enquêtée B : « Bah du coup ce qui me... Hum... Moi, ce qui me touche particulièrement dans le métier doula, c'est que c'est vraiment... Euh... Une qualité d'être. Si tu veux, c'est... Très peu dans le faire. Alors oui, elles peuvent avoir des outils euh... Danse prénatal, hypno natal, rebozo nana... Mais au final, ça c'est juste des prétextes, je trouve, pour prendre soin des femmes. Mais, le... L'essence pour moi, du métier de doula, c'est juste ETRE là pour une femme. Et du coup, je trouve ça... Hyper fort et hyper euh... Exceptionnel dans notre monde... Où on est beaucoup dans la productivité, dans le faire. On... Pour exister, pour avoir de la valeur, on montre tout ce qu'on fait, en fait. Et là... Pour moi, devenir doula, c'est un peu déconstruire tout ça, pour revenir à quelque chose, qui peut sembler ultra simple mais qui est ultra profond, de juste être là pour l'autre, en fait. Et... Et du coup, c'est vraiment quelque chose qui me touche beaucoup et... Et je trouve ça très courageux, les personnes qui se reconvertissent

en tant que doula parce que... Dans la communication euh... sur son activité, je trouve que c'est pas évident parce que, le plus IMPORTANT c'est juste être là, en fait. Et... Vendre ça aujourd'hui c'est bizarre, en fait c'est donc euh... Voilà, tu vois ce que je veux dire ? »

C. Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée C

Enquêteur : « Alors, si ça vous dérange pas, est-ce que vous pouvez me donner votre âge ? »

Enquêtée C : « Oui. J'ai... Alors, je vais avoir 35 ans cette année-là. En 2024. »

Enquêteur : « Ok. Euh... Quelle est votre situation familiale ? »

Enquêtée C : « Euh donc je suis mariée et j'ai déjà 2 enfants. »

Enquêteur : « D'accord. Euh pouvez-vous me donner votre profession ? »

Enquêtée C : « Oui, je suis bibliothécaire. »

Enquêteur : « D'accord. Et celle du... Du papa ? »

Enquêtée C : « Euh... On va dire quoi, on va dire euh... Pff... Technicien... Euh... Bureau des méthodes. J'avoue que je ne sais pas exactement l'appellation de son métier mais... Voilà, en gros » (*Rire*)

Enquêteur : « C'est dans quel domaine ? »

Enquêtée C : « Euh... Hum... Dans les, dans les... Menuiserie. Enfin, les ouvertures euh les ouvertures, les fenêtres, les portes euh il est dans une grande entreprise euh qui fab... Fabrique des fenêtres. »

Enquêteur : « D'accord. Ok. Hum... Donc, vous m'avez dit 2 enfants, donc ces 2 enfants à tous les 2 ? Vous n'avez pas d'enfants chacun de votre côté ? »

Enquêtée C : « Nan. »

Enquêteur : « Euh est-ce que c'est possible de me dire où vous habitez ? »

Enquêtée C : « Oui, bien sûr. J'habite à la Merlatière donc c'est en Vendée. »

Enquêteur : « Ok. Très bien. Alors, comment avez-vous eu connaissance de l'existence des doulas ? »

Enquêtée C : « Euh... En fait, déjà... Lors de ma 2e grossesse euh... pff... Je... j'ai... Hum... En fait, j'ai une première, une, ma première grossesse a plutôt été assez euh... Chaotique on va dire et à ma 2e grossesse du coup, j'ai voulu vraiment euh... Me préparer euh... Autrement donc j'ai beaucoup, beaucoup euh... Beaucoup lu. Je me suis beaucoup préparée, j'ai... Fais pas mal de... Enfin voilà, de recherches. Beaucoup lu, pas mal, beaucoup les réseaux sociaux. Euh... Et en fait, j'avais déjà, j'avais vu, j'avais vu euh voilà sur les réseaux sociaux déjà l'existence des doulas. Euh... J'en ai, je n'ai pas fait appel sur ma 2e grossesse parce que... Je

pense que j'étais peut-être pas prête ou j'ai pas osé. Et du coup là, pour la 3e voilà, j'avais, je savais euh... Que si... Il y avait un, enfin quand on a eu, on a eu souhait d'avoir un 3e enfant, je savais que je ferais un suivi avec une doula en parallèle de ma sage-femme. J'avais envie de... Voilà. Donc c'est surtout par les, c'est, je pense c'est par les réseaux sociaux surtout que j'en ai entendu, que j'ai découvert. Et puis après, je me suis un peu, voilà, j'étais un peu voir ce que c'était, sans forcément me dire que j'allais euh... Euh franchir le cap sur ma 2ème grossesse, mais je savais que pour une 3e grossesse euh... là, je, j'avais envie de... De faire appel à... A Elle, en l'occurrence là. »

Enquêteur : « D'accord ok. Euh... Alors je sais que vous avez sûrement peut-être un petit peu répondu avant, mais de quelle manière avez-vous trouvé votre doula ? »

Enquêtée C : « Donc je l'ai trouvé par les réseaux sociaux. En fait, il se trouve que... Enfin, Oui et non. En fait, il se trouve que hum... Je l'ai aussi découvert via l'inter... En fait, c'est via les réseaux sociaux mais c'est via l'intermédiaire d'un... Autre professionnel, une réflexologue euh... Que je suis, que je, que j'ai vu plusieurs fois, que j'ai été voir plusieurs fois en tant que patiente. Et euh... Et du coup, elle a dû reposer euh... Des choses sur les doulas, parce qu'elle c'est une réflexologue qui est euh... Qui est spécial... Enfin qui a une spécialité sur les...Les...La...La...La périnatalité donc euh vraiment autour de tout ce qui touche la femme enceinte. Et donc, elle a dû reposer euh... Un hum... Un poste de [Nom de doula]. Et puis en parallèle, j'avais tapé euh... Bêtement euh... « doula Vendée » sur un moteur de recherche. Et voilà, j'ai été voir plusieurs profils et puis euh... et puis... Voilà, J'ai, j'ai regardé un peu leur site internet, leur euh, leur euh, leur page Insta et puis euh du coup je me suis tour... Je me suis dirigée vers [Nom de doula]. Mais, c'est vrai... Le début, c'est vraiment via l'intermédiaire quand même de, enfin, c'est via les, le profil de du coup de la réflexologue. Donc c'est un, un peu en lien avec une autre professionnelle quand même, c'était pas que directement sur les réseaux sociaux. »

Enquêteur : « La réflexologue en fait, elle, elle a partagé en fait sur ses réseaux sociaux ? Elle vous en a pas parlé directement ? »

Enquêtée C : « Non. Non. Par contre après, moi quand je l'ai vu euh... Quand je l'ai vu pour une séance, on en a reparlé parce qu'en fait, le fait que... Que elle la connaissait, enfin, qu'elle repostait, ça, ça apporte une certaine confiance, vu que moi, je n'avais aucune, je n'avais, j'avais pas eu de recommandation ou de contact donc je, voilà ça, ça permet d'avoir un retour d'une personne qui la connaissait. Donc après, je lui ai, je lui en ai parlé, on en a discuté ensemble et puis voilà. »

Enquêteur : « Ok. Hum... Sur quels critères avez-vous choisi cette doula ? »

Enquêtée C : (*temps de réflexion*) « Pff... Quel critère ? Je... C'est un peu au feeling hein en fait, enfin, feeling et en même temps pas feeling, parce que euh au début on... C'est vraiment un... Premier à priori... Virtuel quoi. En fait hein euh... j'ai regardé, j'ai dû voir 2, j'ai, j'ai dû regarder 2-3, 2-3 sites internet de...De...De doula en Vendée. Puis, y'en a pas non plus euh des tonnes et des tonnes hein. Donc j'ai aussi, fait par euh... Hum hum... Zone géographique, déjà, premièrement, clairement. Aussi, parce qu'il y en a qui étaient en Vendée, mais qui étaient plus sur la côte donc c'était trop loin pour moi. Et puis après, j'ai pas mal regardé ce qu'elle proposait... En termes de pratique euh... il y en a qui sont quand même spécialisées dans certains... domaines euh... Il y en a, qui faisaient du chant prénatal, il y en a d'autres qui faisaient l'Hapno...L'Hypno...L'haptonomie hum... Plutôt les soins rebozo euh... Il y en a qui proposaient plutôt des soins et... moins de l'accompagnement psychologique. Enfin, voilà, j'ai,

en fonction de moi, de mes besoins, j'ai vraiment regardé leur profil et ce qu'elles proposaient en termes de compétences. Et du coup, c'est comme ça que j'ai choisi euh... [Nom de doula] ».

Enquêteur : « D'accord. Et qu'est-ce qui vous a le plus intéressée au départ en tout cas, dans le profil de [Nom de doula] ? »

Enquêtée C : « Je pense que c'est vraiment euh... Hum... Le fait, vraiment qu'elle propose surtout un accompagnement. Parce qu'en fait moi, je voulais SURTOUT un accompagnement psychologique. Enfin, émotionnel, psychologique même si euh voilà, elle est pas, elle est pas du tout psy. Mais euh vraiment dans de l'accompagnement euh... Emotionnel, pouvoir euh, surtout dans l'échange et dans de la discussion. Pas forcément euh voilà, pas forcément tout le temps du... Du soin, on va pas tout, forcément tout le temps avoir euh... Voilà. C'était surtout l'accompagnement, pouvoir parler en fait. C'est surtout ça qui... était pas mal mis en avant, j'ai vu qu'elle faisait des cercles de femmes donc euh enfin, voilà. Je sentais que ça pouvait... Que dans, dans sa démarche et dans la façon de se présenter, elle était vraiment, elle proposait vraiment PLUS ça, par rapport aux 2 autres que j'avais dû repérer. »

Enquêteur : « Ok. Hum... Quelles sont les raisons qui vous ont conduite à recourir à une doula ? Pourquoi avez-vous eu recours ? Qu'est-ce qui s'est mal passé par exemple dans... Dans vos précédentes grossesses qui en fait ont influencé ce choix en tout cas pour la 3ème grossesse ? »

Enquêtée C : « Ouais. Euh... Hum... Bah pas mal de choses euh... Pas mal de choses assez... Pff... Intimes en soi. Euh... Déjà, donc effectivement ma première grossesse a été assez chaotique. Euh... J'ai eu pas mal de... De soucis, j'étais hospitalisée, j'ai... Accouché prématurément à domicile. Euh... Hum... donc ça m'a complètement euh traumatisé. Enfin, après ma première grossesse, voilà, j'ai fait une grosse dépression post-partum, ça a été vraiment euh... Un début de maternité vraiment VRAIMENT difficile pour moi. Hum... Du coup, sur la 2e grossesse euh voilà, j'ai vraiment beaucoup travaillé j'ai... J'ai... J'ai été suivie enfin, j'ai fait de la sophrologie, je me suis, j'ai beaucoup lu, je me suis enfin voilà. Je me suis préparée autrement parce que j'avais vraiment besoin de vivre une grossesse euh... PLUS SEREINE même si, la 2e grossesse n'a pas été non plus de de très très euh... De tout repos et très sereine. Mais en tout cas, j'étais plus préparée et je savais ce qui m'attendait, donc ça a été différent. Il y a eu... D'autres évènements... D'autres événements dans ma vie euh... Après [Nom du deuxième enfant], je me suis fait agresser... Dans la rue. Enfin voilà, pas mal de petits événements qui ont fait que psychologiquement, j'étais euh... Assez fragile et en fait euh... J'avais, j'avais vraiment besoin là pour cette dernière gros... Enfin, poten... Je pense, ma dernière grossesse euh... De... D'avoir... Quelqu'un qui soit là pour euh... M'écouter, pour euh que je puisse voilà, vraiment parler en confiance, être dans une bulle de douceur et de de de confiance euh... Voilà. Je savais que j'avais besoin de ça parce que moralement je savais que je pouvais euh... Vite avoir euh des hum... Des angoisses, des inquiétudes donc je, j'avais vraiment à cœur là d'avoir quelqu'un avec moi pour euh... Pour être beaucoup plus sereine en fait. Donc c'est surtout ça, je pense hein, je pense que c'est surtout les événements euh... Des grossesses précédentes et... des euh voilà, des événements aussi plus... D'autres des des événements de vie qui ont fait que je je je me sentais pas... Fragile, mais je savais que, que la grossesse ME fragilise donc j'avais BESOIN d'avoir quelqu'un euh... Pour euh... Me, m'accompagner quoi en plus de... La sage-femme où voilà, on est quand même plutôt sur un côté médical. Hum... Voilà, j'avais besoin d'un d'un accompagnement à côté quoi. »

Enquêteur : « Ok. Hum hum... Pardon je euh, je tousse. Ok. Euh... Quelles attentes aviez-vous envers la doula avant le début de l'accompagnement ? Qu'est-ce que vous attendiez d'elle en particulier ? »

Enquêtée C : « Ben, c'était vraiment ce côté euh... De pouvoir euh venir parler, de toutes mes angoisses, que je savais qu'il allait remonter euh... A la surface. Donc vraiment avoir un temps d'échange et de discussion, enfin vraiment avoir un endroit où je puisse euh vraiment euh tout, tout dire. Hum... Je pense que c'est surtout ça et vraiment j'ai senti, en fait on a, en fait [Nom de doula], elle propose un premier rendez-vous euh... Où on se rencontre pour voir un peu justement, ce qu'elle propose et moi mes attentes, et voir si le feeling passe parce que c'est quand même vraiment question aussi, une question de personne hein. Faut être euh, enfin faut quand même se sentir hyper à l'aise, on parle quand même de choses intimes et hyper personnelles et... Enfin voilà. Donc euh... Voilà, mes attentes c'était surtout ça, c'était surtout qu'elle, qu'elle puisse me proposer vraiment un... Endroit Euh... Où je puisse euh... Tout dire euh... Aussi me sentir euh... Hum... Rassurer euh... Et puis, à travers aussi les petits, les différents petits soins, qu'elle puisse proposer ou... Voilà, des petites choses pour m'aider à... A relativiser... A aller bien, à prendre du temps pour moi euh... Enfin voilà, toutes ces, tous ces genres de de petites choses que la sage-femme ne propose pas forcément en fait hein. Elle est plutôt, on est plutôt sur un accompagnement médical. En fait, j'avais vraiment besoin d'un accompagnement plutôt euh... Humain et bienveillant euh en plus de tout l'accompagnement médical qu'on a euh quand on est enceinte quoi, qui je trouve manque euh énormément. »

Enquêteur : « D'accord. A quel moment de votre parcours, l'accompagnement de la doula est-il intervenu ? »

Enquêtée C : « Oh ! Bas quasiment dès le début. En fait, euh... J'ai j'ai toujours eu des débuts de grossesse vraiment très très compliqués où je suis vraiment très très malade euh... Voilà je je... Donc en fait, j'ai eu besoin ASSEZ vite, je savais que, voilà, je savais ce qui m'attendait, je savais que ça allait être une période difficile et longue. Parce que généralement, c'est les 4 premiers mois euh... J'ai, je, je peux difficilement sortir de mon lit euh... Donc j'avais besoin dès le début que j'ai su que j'étais enceinte, de... Lancer le le hum l'accompagnement pour euh... Justement que dans ces mois, où je savais que ça allait être difficile, que je savais que, j'allais déjà pouvoir la rencontrer, la voir que, ça allait déjà me faire du bien et que, j'aurais déjà une personne euh pour m'aider quoi. Donc dès le début, ouais. J'ai attendu de savoir, j'ai attendu d'avoir la la l'écho de datation pour être sûr, mais euh... Vraiment très très rapidement je l'ai contacté. J'ai pas, j'ai pas attendu par exemple la première écho du, du premier trimestre, c'était vraiment dès le début de la grossesse. »

Enquêteur : « D'accord. Et euh... Elle vous a suivi par exemple jusqu'à la fin de... Alors est-ce qu'elle était présente à l'accouchement ? Est-ce qu'elle était là aussi pour le post-partum ? »

Enquêtée C : « Alors, j'ai pas accouché encore, je suis encore enceinte. J'accouche en avril. »

Enquêteur : « Oh oui d'accord, pardon. D'accord, ok. »

Enquêtée C : « Mais oui, oui, je pense que... Je pense que elle sera, que euh, moi je lui avais déjà pré, précisé que c'était surtout pendant la grossesse euh... Mais je pense que je la verrai euh... Alors, je sais pas sur combien de séances et combien de temps mais je pense que hum... Même une fois la naissance euh, je pense qu'on se reverra euh... Peut-être 2 fois, 3 fois. Je sais pas, ça dépendra aussi peut-être de mes besoins. Mais euh oui, oui, je pense qu'elle fera le suivi euh... Jusqu'au bout. »

Enquêteur : « D'accord. Ok. Donc vous ne l'avez pas forcément prévu pour le moment le... Sa présence euh en tout cas à l'accouchement ? »

Enquêtée C : « Alors, je pense pas qu'elle sera présente à l'accouchement parce que... C'était pas un besoin de ma part euh... Donc euh... Non, elle sera, elle sera pas présente, c'est pas prévu du tout. Euh... Donc non, voilà. Pas pour l'accouchement. »

Enquêteur : « Ok. Pas pour l'accouchement alors, et est-ce que hum... Vous avez par exemple réfléchi à l'endroit où vous voulez accoucher ? Par exemple un plateau technique ou à l'hôpital, à domicile ? »

Enquêtée C : « Ouais, non, non. Ça sera l'hôpital, à la maternité. Euh... Hum... J'avoue que hum... J'avoue que le fait de... D'accoucher à la maison, de façon VOULUE cette fois-ci, parce que euh... Je l'ai subi pour euh... pour ma première euh mon premier accouchement. Euh... ça m'a euh... Vraiment traversé l'esprit. Mon mari... était moins prêt parce que je pense que aussi lui, pour le coup a été traumatisé de la, du premier accouchement parce que c'est lui qui, qui était là pour faire naître le bébé. Donc là on a fait le choix de de de de comme pour la 2^{ème} et de t'accoucher à la, à l'hôpital, à la maternité. Ouais, ouais. »

Enquêteur : « D'accord, ok. Là en tout cas, jusqu'à présent, vous avez eu combien de séances avec euh [Nom de doula] ? »

Enquêtée C : « J'ai eu combien séance avec [Nom de doula] ? Ben je crois euh... C'est du, c'est quasiment on se voit quasiment une fois par mois donc euh... J'ai dû la voir euh la première fois en octobre, octobre, novembre, décembre, janvier, donc là, mon prochain rendez-vous ça sera à ma 5e séance avec elle »

Enquêteur : « D'accord. D'accord. Et vous verrez à peu près une fois tous les mois, jusqu'à en tout cas, jusque, jusqu'au terme ? »

Enquêtée C : « Ouais, si si je peux continuer à me déplacer parce que c'est pas dit que euh... les prochaines euh la prochaine fois, je pense que je pourrais encore aller à la, à son cabinet. Après, je sais qu'elle fait soit du domicile soit du visio, mais en tout cas euh... Oui, jusqu'à la fin euh... Hum... elle, on on continuera de se voir régulièrement euh... Quasiment tous les mois. Oui, oui. »

Enquêteur : « Ok. Ce sont des séances qui durent à peu près, qui durent 2 h ou 01h30 ? »

Enquêtée C : « Euh... 01h30. Ouais, 01h30 plutôt. Ouais ou 01h45, ça ça dépend mais euh... Oui oui. Au moins 01h30 largement, Ouais. »

Enquêteur : « Ok. Hum... Qu'est-ce que la doula vous a proposé euh... Pendant ces séances ? Est-ce qu'il y a eu des différences ? Euh des choses particulières ? »

Enquêtée C : « Bah jusqu'ici, on a toujours euh... Fonctionnées un petit peu de la même façon, c'est-à-dire qu'on commence toujours par un temps de discussion et d'échange où... Je, je lui parle de... Mes mon état du moment, de comment je me sens euh... De voilà. On fait rapidement un petit point euh... Médical. Enfin en gros nous deux, enfin voilà, en gros savoir où j'en suis, les les examens, les voilà. Et puis, donc on on discute quand même pas mal. C'est surtout moi qui parle et puis elle qui m'écoute (Rire). Euh... Et puis après, en fonction de ce que je lui dis euh... Ou de ce dont voilà, j'ai besoin Ben me propose toujours un p'tit... Un p'tit... Un p'tit temps de relaxation donc soit un soin rebozo, soit... Plutôt euh... Voilà de l'haptonomie, euh... ça voilà, ça ça ça dépend en fait, mais y a c'est tou... toujours en 2 temps quoi en gros, un temps de discussion puis après un temps de le soin, de temps pour soi quoi. »

Enquêteur : « Ok. Quel est le rôle de la doula au cours de votre euh de votre parcours encore en cours du coup ? » (Rire)

Enquêtée C : « Ben, vraiment hum... En fait, ça me permet vraiment de pas euh... Que je ne reste pas avec mes angoisses euh... Hum... Je sais pas, enfin je je en fait , je me vois je me vois pas euh... dire ça à ma sage-femme ou à mon... Enfin voilà, c'est... Ya ya quand même un côté intime, outre euh tout l'aspect médical, il y a quand même enfin en tout cas moi la maternité ça m'a quand même calm... Vraiment, vraiment bouleversé, ça a donné plein de questionnements sur moi, sur euh... La maman que je projetais être et la maman que je que j'ai été, euh que je suis maintenant, que je serai pour ce 3e bébé, sur euh moi en tant que femme, sur moi en tant qu'épouse, euh... Enfin ça m'a vraiment bouleversé quoi. Je je hum... Voilà donc du coup, j'avais vraiment besoin de pouvoir euh... Tout dire sans... Sans honte, euh sans... Me sentir seule euh, Sans... Sans jugement euh... Hum... Et puis en même temps, vraiment avoir ce regard euh bienveillant et de confiance qu'elle m'apporte. Et voilà, qui me permet de me rassurer de me dire que c'est normal, que ce que je ressens voilà ça arrive à plein d'autres femmes euh... Enfin voilà. Donc euh du coup hum... C'était, c'était surtout ça euh... C'était surtout ça ouais. »

Enquêteur : « Ok. Hum... Est-ce que la doula vous accompagne exclusivement vous ou est-ce qu'elle a accompagné aussi votre mari ? »

Enquêtée C : « Alors Ben, jusqu'ici exclusivement moi. Euh... On a pas reparlé pour l'instant de... Faire une séance éventuellement avec mon mari. Euh... On en a pas non plus, j'en avais déjà parlé avec lui au début euh... Au début enfin il était pas... Exceptionnellement motivé par l'idée de... De la rencontrer mais euh... Peut-être, je sais pas. J'avoue qu'on en a pas à rediscuter en fait. »

Enquêteur : « D'accord. Elle ne vous a pas proposé euh elle par exemple de... De par exemple de... ? »

Enquêtée C : « Ben, quand elle m'a quand elle m'a appelé la première séance quand elle m'a présenté vraiment tout ce qu'elle faisait, elle m'a dit effectivement que il y avait cette possibilité-là donc euh... On en a on en a discuté mais là, depuis vraiment qu'on... On a commencé le l'accompagnement non on en a pas, on en a pas reparlé. Mais, je enfin voilà si je... Si je sens que... Que j'en ai le... Besoin euh... Je... Ce... ça pourra venir de moi ou peut être que, elle va m'en reparler aussi je sais pas mais pour l'instant, on a pas rediscuté de ça. »

Enquêteur : « D'accord je vais passer un petit peu au... A la question du financement, hum... Est-ce que vous avez recours à des aides financières pour recourir à une doula ? »

Enquêtée C : « Nan. »

Enquêteur : « Ok. A combien estimez-vous le coût de l'accompagnement ? Si ça vous dérange pas de me le dire ? »

Enquêtée C : « Ben là, la séance je lui paye 80€ la séance »

Enquêteur : « D'accord. Est-ce ce que vous avez eu un forfait par exemple euh qui comprend en fait l'accompagnement euh de bah, du début jusqu'à la fin ? »

Enquêtée C : « En fait, elle propose des forfaits. Je crois. Mais moi, je suis pas passée par un forfait parce que dans les forfaits qu'elle proposait euh... Hum... Il y avait par exemple présence

à l'accouchement. Enfin, il y avait des choses qui étaient plus ou moins dans ce que moi j'avais besoin, donc on est plutôt parti sur des séances individuelles, à la fréquence que moi j'avais envie. Euh... Et puis comme ça, je la paye euh... Je la règle uniquement sur hum... Sur les séances qu'on fait euh réellement. Euh... Donc voilà. »

Enquêteur : « Ok. Euh... De quelle manière avez-vous réglé vos séances ? »

Enquêtée C : « Virement bancaire. Ouais. Elle m'a donné son RIB et puis, enfin voilà, du coup euh elle elle est c'est vraiment... Une enfin, elle est elle est vraiment sur la confiance. Elle m'a aussi, elle m'avait aussi expliqué toute cette partie financière voilà en me disant que si... J'avais des difficultés ou... Enfin voilà, s'il y avait besoin de faire autrement pour le paiement, qu'on pouvait s'arranger enfin bon voilà. C'est à... A ce niveau-là, j'ai quand même plutôt la chance de pas avoir de... Voilà, ça pose c'était pas un souci en soi donc on a fait les choses simplement ».

Enquêteur : « Ok. Alors hum... Vous aviez été un tout petit peu répondu tout à l'heure mais euh... Etes-vous suivi par d'autres professionnels au niveau de votre grossesse ? »

Enquêtée C : « Alors du coup, c'est ma c'est la sage-femme qui me suit euh... Et puis, j'ai un suivi en parallèle à l'hôpital parce que du coup voilà, vu que j'ai eu des grossesses précédentes qui ont été un peu euh... Compliquées, j'ai un suivi en parallèle euh... A l'hôpital. Mais... Bon c'est vraiment ma sage-femme qui me suit, à l'hôpital, c'est vraiment juste des rendez-vous de contrôle euh... Hum... Mais donc c'est surtout ma sage-femme, ouais. »

Enquêteur : « D'accord. Et est-ce que vous savez quel type de professionnel vous suit à l'hôpital ? »

Enquêtée C : « Ben j'ai c'est c'est surtout des suivis pour les échographies donc ce sont des... Docteurs qui font les échos ou gynécologue, je je vous avoue je sais pas trop... Leurs titres en même temps. Je me suis jamais trop posé la question. Mais euh... Voilà c'est surtout des... Des contrôles au niveau de les des des échographies pour suivre la croissance du bébé et puis pour euh contrôler mon col parce que j'ai un problème de... Enfin, j'ai un utérus contractile, donc j'ai beaucoup de contractions, donc mon col est surveillé euh assez régulièrement donc euh voilà. »

Enquêteur : « Ok. Euh... Hum... Comment vivez-vous en général votre accompagnement par l'ensemble des professionnels euh qui vous suivent ? »

Enquêtée C : « Alors en, vous voulez dire de façon générale sur mes 3 grossesses ou là pour cette grossesse particulièrement ? »

Enquêteur : « Euh... Vous pouvez parler des 3 si vous voulez, oui. »

Enquêtée C : « Ben, comme je vous ai dit ma première grossesse a été vraiment euh... En fait, ma première grossesse, c'est mon médecin traitant qui m'a suivi. Et, alors euh... Il y a eu absolument rien de dramatique hein euh... Médicalement ni pour moi, ni pour euh ni pour ma fille, mais euh... Je pense quand même que euh... Le suivi par le médecin traitant n'a... Pas été nécessaire pour euh anticiper justement la... La suite de la grossesse et donc les complications que j'ai eues avec ma avec sur ma première grossesse. Donc à la 2e grosse. Fin de. Et de toute façon, à la 2e grossesse, étant donné mon... Ma ma première grossesse euh j'ai eu un suivi tout de suite euh différent. Et moi, j'avais fait le choix de prendre une sage-femme et de pas être suivi par mon médecin traitant. Donc euh... Hum... donc vraiment d'un point de vue médical

sur la première grossesse, bon voilà, c'était un peu mitigé, mais après l'hôpital a pris le relais. Sur la 2e grossesse avec la sage-femme et l'hôpital, bon ça a été beaucoup plus euh... Régulier et suivi. Après dès ma première grossesse, j'avais... Moi ça m'a tellement bouleversé émotionnellement et psychologiquement, que j'ai vraiment eu cette sensation de pas avoir été préparée euh... enfin et puis, c'était aussi de mon fait hein euh... Je pensais être prête à être maman et je pense que clairement je ne l'étais pas, enfin ou en tout cas, ça a fait que ça m'a fait dout... Ça m'a chamboulé un peu ma vie. Hum... Donc du coup, y a vraiment quand même cet aspect psychologique euh émotionnel euh qui pour moi, manque énormément sur le côté médical. Bon, en même temps, on peut pas non plus, enfin voilà, tous... Les ces professionnels, on peut pas être compétent dans tous les domaines, donc... Je trouve que du coup c'est, c'est cet accompagnement avec la doula euh en tout cas pour moi, c'est vraiment euh... Enfin, c'est ce dont j'avais besoin vraiment quoi. Donc euh sur la 2e grossesse, je ne l'ai pas fait. J'ai hum... J'ai j'ai voilà, j'ai... J'ai j'ai plutôt travaillé sur moi-même, toute seule et avec la sophrologue mais euh... Hum... Là, j'avais vraiment envie d'avoir euh... C'est vraiment centré sur le médical quoi, quand on fait un un suivi plutôt classique. Euh... Je trouve qu'on a quand même tendance à... Hum... Alors, pas à dramatisé, parce que euh c'est quand même une chance d'avoir euh... Des professionnels et un suivi médical euh, aussi abouti dans nos pays et euh voilà, c'est c'est c'est hyper important et je remets absolument pas en cause tout ça. Mais euh... On est toujours sur euh... Sur de la prévoyance, sur euh... Au cas où il y aurait un problème, sur au cas où euh... Voilà. Enfin, moi j'ai toujours l'impression de ressortir de mes rendez-vous et que, il y a toujours un truc qui va pas quoi. Donc euh... Certainement que pour certaines personnes, elles arrivent à relativiser et à voir le côté positif, et à toujours euh... Enfin voilà, et à vivre les choses sereinement, et parce que y en a aussi qu'on... Qu'on des grossesses certainement, enfin, qui ont des grossesses très agréables. Moi la grossesse, c'est pas du tout mon kiff clairement. C'est pas mon truc. Donc euh... C'est tous ces rendez-vous médicaux là, c'est source de stress et d'angoisse. Il se trouve qu'en plus, j'ai toujours, enfin, toujours des soucis, c'est... Une fois de plus, y a rien de dramatique, mais bon euh... Voilà, j'ai des des des choses qui font que c'est jamais serein et que je ressors jamais d'un rendez-vous, où on me dit : « Ben impeccable ! Tout va bien. » Il faut toujours rajouter une surveillance supplémentaire. Il faut toujours donc... Euh du coup pour moi, c'est beaucoup, c'est toujours beaucoup de stress et d'inquiétude quoi. Donc j'avais vraiment besoin de ce côté euh... Non médical où on est plus sur l'accompagnement, l'écoute où on rassure euh... Les médecins, ils... ils font leur euh leur job et ils le font très très bien et heureusement, mais... En tout cas, POUR MOI, c'est pas assez rassurant. Donc j'avais besoin de quelqu'un d'autre pour euh... Pour m'apporter ce ce cette bulle de de de confiance en plus quoi. »

Enquêteur : « Ok. Euh... Qu'est-ce qu'une doula vous apporte de plus que votre entourage ? Par exemple, une maman ou un proche de la famille ? »

Enquêtée C : « Ouais. Euh... Hum... J'ai la chance d'avoir quand même un mari qui est très très à l'écoute, qui est très dans la bienveillance, et dans... Enfin voilà, qui est... Qui est vraiment un grand grand soutien et qui comprend, enfin qui, Voilà, qui est qui est vraiment bienveillant sur tout ce que je peux ressentir mais euh... Je sais pas. Il y a un côté femme euh... De femme à femmes qui... Et puis voilà, elle elle est aussi formée à... A plein de... De notions sur euh... Tout ce qui se passe dans notre corps, tous l'état émotionnel, tout ce que ça peut provoquer euh... Et puis, on parle pas que, on parle pas que de la grossesse. On parle de de la femme aussi en tant en tant que telle hum... Donc euh c'est hum... Il y a, il y a un truc en plus quoi. Et puis ma maman ou... Je sais pas, j'ai pas... disons que dans mon entourage j'ai pas... Euh... J'ai... Déjà, je pense qu'il y a une question de génération, notamment avec ma maman, par exemple qui sont pas du tout sur les mêmes questionnements. Ni sur les mêmes bouleversements ou en tout cas, ça ça ça elles ont jamais osé le dire ou... Donc voilà. Enfin,

j'en sais rien enfin... En tout cas voilà, je pense qu'on était pas autant à l'écoute euh à leur époque. Donc j'en parle euh... J'en j'en parle facilement et... Voilà, mais euh... Je sais que c'est pas auprès d'elle que je vais pouvoir euh... Me... me confier euh totalement totalement. Et puis, j'en ai pas non plus envie enfin voilà, voilà ça sera je je m'entends très très bien avec ma maman mais voilà. Euh... Je parle beaucoup avec mes 2 sœurs qui, en plus se trouve qu'elles sont enceintes en même temps que moi là. On est toutes les 3 enceintes en même temps donc c'est un... Enfin voilà, c'est un événement aussi assez incroyable dans notre vie, qu'on va accoucher quasiment toutes les 3 en même temps. Donc on parle beaucoup avec mes sœurs euh... Mais il se trouve que je suis l'aînée donc sur les premières grossesses euh... Bon Ben voilà, j'ai j'étais un peu seule avec tous mes tous mes questionnements. Et puis, dans mon entourage plutôt amical euh... Ben... J'allais dire malheureusement et... En soi, voilà c'est pas non plus la fin du monde, mais j'ai pas senti de de... Enfin je je me sentais pas à l'aise d'évoquer tout ce que ça a pu provoquer en moi avec euh... Avec mes amis en fait. Je je je voilà, j'avais pas assez de confiance là pour euh... Pour me confier euh... Et dire tout ce que j'avais vécu, tout ce que j'avais vécu ou tout ce que je vivais à ce moment-là, donc euh... Voilà. Ça m'apporte ça en plus quoi en fait hein la doula. Il y a ce côté extérieur et en même temps qui est vraiment très intime parce qu'on dit vraiment... Enfin, moi je lui dis des choses que je ne dis euh... Même pas à mon mari et pourtant avec mon mari, on parle beaucoup beaucoup mais euh... Voilà, il y a il y a quelque chose de l'intime euh... Privilégié avec elle qui fait que... Que je peux vraiment tout lui dire quoi donc euh... Voilà, à la différence de l'entourage. »

Enquêteur : « Hum... Est-ce que par exemple, la certification doula de France en tout cas, si [nom de la doula] l'a, c'est quelque chose qui vous rassure ? En tout cas, dans le choix de euh de votre doula ? »

Enquêtée C : « Hum... J'av... Je sais même pas si vraiment j'ai prêté attention à ça. Je sais que, que j'ai j'ai quand même été... Donc comme je vous disais là, il y avait un site internet de « les doulas de Vendée » ou « les doulas vendéenne » où vraiment, on on voilà, y a les certifications donc euh... J'étais partie de là, pour vraiment être sûre de de de faire appel à un... Vrai professionnel, vraiment formé. Mais euh... Oui, c'est sûr que j'ai quand même fait attention à... A qui je m'adressais par rapport aux diplômes, aux compétences, ouais. »

Enquêteur : « Ok. Etes-vous satisfaite des services fournis par [nom de la doula] ? »

Enquêtée C : « Ouais. Très satisfaite. Sans aucun regret euh... Ca oui, oui. Je je pense que j'aurais j'aurais dû euh... Enfin après voilà, c'est..., ce sont des...des, des moments de vie qui sont différents mais je pense que déjà j'aurais dû faire euh... J'aurais dû faire cet accompagnement-là sur euh ma 2e grossesse déjà, au vu de... De ce que ça... De tout ce que la première grossesse m'avait euh... M'avait provoqué. Donc euh... Pas de, enfin non, aucun regret au contraire, je suis contente d'avoir vraiment euh... Franchi le cap euh de de ce de cet accompagnement là. »

Enquêteur : « Ok. Euh... Avez-vous perçu un écart entre vos attentes et la réalité de la prestation ? »

Enquêtée C : « Non. Non, non pas du tout. »

Enquêteur : « Ok. Conseillerez-vous cet accompagnement à votre entourage ? »

Enquêtée C : « Ouais, donc euh comme je le disais, je je l'ai je l'ai dit à mes frangines que je faisais un accompagnement doula, avec une doula. Euh... Pour le coup, j'ai une de mes sœurs

qui, s'est sa première grossesse et qui ne connaissait pas ce métier, cette profession. Et ma 2e sœur, et ma ma petite sœur, pour qui c'est le la 2e grossesse connaissait mais euh... Voilà, en avait pas forcément l'envie ou enfin l'utilité. Hum... Je l'ai dit à certaines de mes amies, mais pas à toutes. Enfin voilà, c'est toujours pareil, je trouve que cette question de maternité c'est quand même qu.. Qu... Quelque chose de hum... Enfin je sais pas. Moi, mon ressenti c'est que on... On vit pas toutes les mêmes choses, de la même façon et que euh... On n'a pas... Ce sont des visions de la vie, des visions euh... De voir euh voilà, de de donc pff... Je le conseillerais mais euh... Hum... Peut-être ça dépend à qui je le conseillerais quoi. Si je vois que c'est qu'elle, enfin voilà, qui... Quelqu'un qui est plutôt ou ouvert à ce genre de pratique ou à ce genre de questionnement... Ou pas, enfin voilà. Mais oui, oui en tout cas clairement euh... et [Nom de la doula] enfin, en particulier parce que en même temps j'en connais pas d'autres, mais en tout cas [Nom de la doula] est vraiment euh enfin moi, ça m'a vraiment euh... Fait beaucoup de bien là, sur cette grossesse. Donc oui. Plutôt oui. »

Enquêteur : « D'accord. Euh... Si c'était à refaire, referiez-vous appel à une doula ? »

Enquêtée C : « Ouais. Sans aucun doute, oui. Oui, oui, ouais. Après, je pense vraiment que hum... Enfin je sais pas. Mais je pense vraiment quand même, que ça dépend euh ça dépend de la personne qu'on est, ça dépend de ce qu'on a vécu dans notre vie... Ça dépend... De comment on... Vit la grossesse, de comment on... Vit euh... En tant que femme euh... enfin voilà. Et en même temps, très bien. Il en faut pour tout le monde hein, je veux dire euh donc euh, mais je trouve ça dommage en tout cas que ça soit pas autant hum... Euh... Mis à la connaissance des futures mamans euh... Enfin, faut quand même chercher l'info quoi, j'trouve. Ben moi, en tout cas, c'est l'impression que j'ai eu sur ma première grossesse, mais peut-être une fois de plus que, j'ai été naïve hein, et que j'étais voilà, j'étais dans d'autres dispositions et que que j'ai j'ai je pensais que tout allait se faire naturellement, et que c'est sur la 2e grossesse où vraiment je j'ai beaucoup lu, j'ai beaucoup... Cherché, j'ai, enfin voilà. J'ai vu tout ce qu'il pouvait exister autour de l'accompagnement, de autour de... Mais je trouve que on est... Enfin moi, j'ai eu cette sensation d'être jetée un peu dans le vide. Alors il y a l'accompagnement euh médical mais alors en dehors de ça, tout ce que ça peut provoquer chez la femme euh... Moi j'ai vraiment eu cette sensation d'être désemparée quoi, d'être de me sentir seule face à plein d'émotions dont on n'avait jamais parlé, de... De vivre plein de choses dont j'étais la seule à vivre alors qu'en fait pas du tout euh. Et... Je trouve qu'il y a vraiment un manque d'accompagnement euh... Psychologique parce que quand on entend quand même le nombre de femmes qui vivent un... Un post-partum compliqué, qui font des dépressions euh, ou sans forcément aller dans la dépression, mais juste dire certaines choses euh voilà, je trouve je trouve que ça manque. Et du coup pour le coup, la doula je pense qu'elle a vraiment aussi une vision euh globale sur euh alors peut-être moins l'aspect médical mais quand même, elle elle... Là, je vois ma dernière séance avec [nom de la doula], on a beaucoup parlé de la naissance enfin de l'accouchement en tant que tel euh... Ben voilà, elles ont aussi quand même des connaissances euh... Quand même hyper poussées sur euh... Sur comment se déroule un accouchement... Sur euh... Donc je trouve ça dommage. Dommage, que ça soit pas autant mis en... En valeur euh dans... En France ou... Même en Europe d'ailleurs, j'en sais rien comment ça marche dans les autres pays, mais euh... Je trouve ça vraiment dommage, ce manque d'information euh... Et après voilà, libre à chacune de d'en d'y faire appel ou pas mais... Au moins de savoir que ça existe quoi. Ce que je dis en dernier là, ça me semble vraiment euh... C'est la petite note supplémentaire que moi je trouve euh... C'est ce manque d'informations. Voilà. »

D. Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée D

Enquêteur : « Alors, juste avant qu'on commence, il me semble que tu m'as dit que c'était une expérience qui était en cours ? »

Enquêtée D : « Euh oui oui. Euh... Je suis dans le 8ème. J'ai entamé le 8ème dimanche. »

Enquêteur : « Ok très bien. C'est pour savoir comme je vais te formuler mes questions par la suite. (Rire) »

Enquêtée D : « Ouais, ça marche. (Rire) »

Enquêteur : « Ok. Alors c'est parti euh... Quel est ton âge ? »

Enquêtée D : « Euh j'ai 24 ans. Je vais avoir 25 cette année. »

Enquêteur : « Ok. Euh... Quelle est ta situation familiale ? »

Enquêtée D : « Et bien du coup, je suis mariée depuis dimanche (Rire) et euh... Et puis j'ai un enfant euh qui aura euh 4 ans en mars. »

Enquêteur : « Ok. Euh... Quelle est ta profession ? »

Enquêtée D : « Euh... Je suis aide-soignante. »

Enquêteur : « Ok. Et celle du papa ? »

Enquêtée D : « Euh il est mécanicien moto. »

Enquêteur : « Ok. Très bien. Alors, tu m'as dit que t'avais un enfant, est-ce que c'est euh un à tous les deux ? enfin, vous en allez avoir deux enfants à tous les deux ? »

Enquêtée D : « Oui, oui. C'est euh c'est le même papa. »

Enquêteur : « Ok. Si ça te dérange pas de me le dire du coup, où habites-tu ? »

Enquêtée D : « Et bah du coup euh dans le Grand-Est, Arzviller, entre euh... Entre euh... Metz et Strasbourg. Quasiment à mi-chemin, c'est la même chose que ce soit pour aller à Metz ou à Strasbourg »

Enquêteur : « D'accord, Ok. Comment as-tu eu connaissance de l'existence des doulas ? »

Enquêtée D : « Euh... De fil en aiguille. Après euh l'accouchement de mon fils qui s'est mal passé euh je, j'ai commencé à me mettre un peu sur des groupes euh Facebook en l'occurrence, euh... Pour euh pour comprendre euh... Un peu que la naissance n'était pas respectée et tout ça, et puis après j'ai fait mon cheminement et puis dans groupes du coup, j'ai entendu parler des doulas. Donc euh... Voilà, j'en ai parlé un peu à mon entourage et puis après euh... Euh il y a un article dans le journal d'une doula euh... Hum... Qui voulait euh... Faire une formation à côté de chez moi et puis ma mère, elle m'a envoyé l'article et puis j'en ai cherché une du coup euh... Et du coup j'en ai trouvé une sur Metz »

Enquêteur : « Ok, ça marche. Euh Hum... Du coup de quelle manière as-tu trouvé ta doula ? »

Enquêtée D : « Euh... Pff... Alors ça, ça remonte euh hum... Alors c'est quelqu'un qui avait partagé dans mes, dans mes contacts sur euh Facebook, il y a quelqu'un qui avait partagé un appel car elle cherchait des mamans ayant tout type d'accouchement pour faire un... Un mémoire aussi je crois il me semble d'ailleurs, et euh... Et en fait du coup euh... J'ai participé à ça et puis après on est resté en contact et bah du coup après, c'était logique complètement que pour cette grossesse-là euh, je fasse appel à elle. »

Enquêteur : « Ok. Euh Hum... Sur quels critères as-tu choisi ta doula ? »

Enquêtée D : « La proximité. C'était elle la plus... La plus, à ma connaissance, c'était elle la plus proche de chez moi et c'était elle qui euh via ses réseaux, expliquait au mieux également le... Le contenu de son métier, ce qu'elle y proposait et euh même le feeling en fait euh... Le feeling tout de suite euh c'est très vite installé donc euh j'ai pas eu besoin d'aller chercher ailleurs. »

Enquêteur : « Ok. Euh hum... Est-ce que par exemple tout ce qui est affiliation à l'association doulas de France, c'était un critère ou c'était vraiment le... Le feeling ? »

Enquêtée D : « Euh... Elle n'était encore pas affiliée quand... Quand je l'ai connue mais par contre euh... Elle était formée ou en cours de formation par euh l'école qui forme le plus, donc c'est ça qui m'a plutôt mise en confiance. »

Enquêteur : « Ok, ça marche. Hum... Alors je j'imagine que tu m'as un petit peu dit juste avant, mais as-tu recours à une doula pour chacune de tes grossesses ? »

Enquêtée D : « Non, pas pour mon fils. Je ne connaissais pas l'existence mais là du coup, pour ma fille c'est en cours oui. »

Enquêteur : « Ok. Hum... Quelles sont les raisons qui t'ont conduite à recourir à une doula ? »

Enquêtée D : « Euh... Pour pas me laisser avoir (Rire) comme j'ai pu me laisser avoir pour euh... Pour ma première grossesse hum... Pour avoir quelqu'un de mon côté euh... Quand il y a des choix à prendre, pour m'aider à me recentrer aussi parce que j'ai tendance un peu à... à partir euh à m'éparpiller et euh... Et puis, ben pour ce côté fé-féminin euh de notre époque euh qui se... Qui a souhaité, qui a fait la même chose pour ces enfants, ces accouchements que moi je le souhaite. On y trouve une force en fait euh... Une force entre femmes, je sais pas comment l'expliquer (Rire). »

Enquêteur : « Ok. Hum... Est-ce que ça te dérange pas de de me dire ce qui s'est mal passé en fait pendant cette première grossesse ? »

Enquêtée D : « Ouais, ok. Hum... Pour [Nom de l'enfant], la grossesse c'est très très bien passée, j'ai une grosse une magnifique comme tout le monde en rêverai hum... Pas de nausée, j'étais en forme, enfin vraiment j'ai travaillé jusqu'au... Jusqu'à la fin d'ailleurs hum... Mais mon accouchement était catastrophique euh il a eu lieu hum... Donc 10 jours après le plan blanc des dans les hôpitaux à cause du COVID donc en mars 2020 et euh... J'ai été faire un contrôle euh... Le jour du terme un... Un monito le jour du terme et hum... Ben moi toute naïve hein, je savais pas que c'était normal, je leur disais : « mais je le sens plus trop bouger euh... » Et

puis du coup hum... Comme il n'y avait pas de contractions sur le monito et ben ils me l'ont déclenché et euh... après ça, c'était une cascade euh... d'interventions complexes et euh j'ai fait une réaction allergique aux hum... Aux ballonnets du déclenchement donc euh... Euh... Il y a tout qui s'est mis à gonfler dans la zone euh... Bah péri génital et génital du coup et du coup après bah j'ai fini en césarienne. »

Enquêteur : « D'accord. Et... Et effectivement en fait le recours à une doula aujourd'hui c'est effectivement pour peut-être plus d'accompagnement euh à ce niveau-là ? »

Enquêtée D : « Ouais, plus d'accompagnement à ce niveau-là. Mon projet de naissance est complètement euh autre du coup euh... Je souhaiterais accoucher seule avec mon mari et mon fils chez moi à la maison et... si... Il devrait y avoir besoin d'accoucher en maternité mais euh... J'ai besoin d'avoir le soutien d'une femme euh... Qui puisse comprendre un peu euh... Qui puisse me comprendre et comprendre le pourquoi, du comment de mes choix. Et euh... C'est vers elle que j'ai trouvé euh... Que j'ai trouvé ça. »

Enquêteur : « Ok, très bien. Hum... Quelles attentes as-tu envers la doula, en tout cas, au début de ton accompagnement ? Quelles étaient tes attentes ? »

Enquêtée D : « Qu'elle euh... Bas ce soutien déjà euh... Féminin que j'avais, que j'ai besoin, que j'avais besoin, que j'ai toujours besoin. (Rire) Euh hum... Et puis, qu'elle me... Qu'elle m'aide à me recentrer hein sur moi-même, qu'elle me pose des bonnes questions pour euh... Pour m'amener à de bonnes réflexions à avoir, sur réellement ce que je veux moi et pas ce que... D'autres voudraient pour moi. Donc ça, ça c'est ça que je vais besoin. »

Enquêteur : « Ok. Hum à quel moment de ton parcours la doula est-elle intervenue ? »

Enquêtée D : « Euh... Déjà on quand j'étais en PMA, elle était intervenue. Euh... Je l'avais rencontré une première fois pour lui exposer hum... Pour lui exposer ma grossesse idéale, mon accouchement idéal, et hum... Où elle m'a renseigné et puis euh... Et puis après Ben là on s'est revu déjà depuis le début de la grossesse du coup, 3 fois je crois. Ouais, je crois 3 fois et là elle revient chez moi euh lundi prochain. »

Enquêteur : « Ok. Ok. Donc c'est ouais, ça fait à peu près 4 séances ? de combien de temps ? 01h30 ?

Enquêtée D : Euh... Ouais, 01h30 mais je crois qu'on dépassait quand même euh... On pouvait arriver aux 2h je crois. Première séance, on était arrivé à 02h00 j'crois. »

Enquêteur : « Ok, très bien. Qu'est-ce que la doula a proposé pendant ces séances ? »

Enquêtée D : « Hum... Alors euh à chaque fois c'est au feeling euh ce que j'ai besoin généralement, euh moi j'avais besoin de beaucoup discuter la dernière fois... De beaucoup discuter sur s'il arrivait telle ou telle chose, comment ça pouvait se passer, mais si ils me disent ça et ça, quel sont mes besoins et on a tout déconstruit, pour mieux rebondir. Il y a eu une séance, la 2e du coup, où elle a rencontré mon chéri et où elle a pu parler avec lui pour lui... Donner un autre point de vue féminin qui... Qui ai passé par un accouchement tel que je le souhaite, donc à domicile et euh... Où du coup ça a permis à mon conjoint de bah de se dire : « bah OK euh c'est c'est normal, un accouchement à la maternité, ça l'est un peu moins » euh... donc du coup voilà. »

Enquêteur : « Ok. Hum... Donc les séances se passaient directement chez toi ? »

Enquêtée D : « Non, euh... C'était chez elle, parce que on habite quand même très loin, j'ai 01h15 de route pour aller jusque chez elle. Et euh... Elle a une vie de famille et tout ça, moi j'avais pas j'avais pas l'envie du tout qu'elle fasse autant de route mais là cette rencontre-là lundi prochain ; c'est elle qui vient du coup pour euh... Pour discuter, voir ce que je peux mettre en place au domicile et tout ça. »

Enquêteur : « Ok, très bien. Alors oui, tu m'as parlé un petit peu que la doula a aussi un petit peu accompagné ton mari euh... Elle l'a accompagné en fait sur une séance précisément où est-ce que par exemple ça a été un petit peu plus tout le long en fait de ta grossesse ? »

Enquêtée D : « Euh... Non c'était sur une séance euh précisément mais du coup euh... Ca le sera aussi lundi prochain, parce que mon conjoint sera aussi à la maison. »

Enquêteur : « Ok, très bien. Hum... Est-ce que la doula du coup sera présente à l'accouchement ? »

Enquêtée D : « Ben si c'est à la maison, non. Elle n'a pas le droit, si c'est à l'hôpital hum... Je l'espère bien. »

Enquêteur : « Ok. Très bien, Hum... Je vais passer un petit peu à la question du financement et du budget hum as-tu eu recours à des aides financières pour recourir à une doula ? »

Enquêtée D : « euh non, je crois que ça n'existe pas. »

Enquêteur : « Ok euh... A combien est estimé le coût de l'accompagnement ? »

Enquêtée D : « euh... (temps de réflexion) je... Pff... je crois que 700 ou 750€. »

Enquêteur : « D'accord. Est-ce que en fait, t'as eu recours à... A un forfait global qui comprend plusieurs choses ? »

Enquêtée D : « Oui, oui. Oui, oui, oui. »

Enquêteur : « Ok, ça marche. Hum... De quelle manière as-tu réglé tes séances ? »

Enquêtée D : « Euh alors les premières c'était en individuel, je crois. Ouais c'est ça, c'était en individuel, en séances individuelles et... Depuis j'ai payé euh... bah le reste en 2 fois, du coup. J'ai payé une première somme en décembre avec ma prime à la naissance et euh... Bah là cette semaine, je vais faire ma deuxième. »

Enquêteur : « Ok. Et t'as payé comment ? C'était du CESU, du virement bancaire, chèque bancaire ? »

Enquêtée D : « Nan c'était du... Ouais c'était du CESU hum... Nan c'était du hum... Du virement. Je savais pas pour le CESU, j'ai appris ça la semaine dernière pour le CESU. »

Enquêteur : « D'accord. Ok, ça marche. Hum... Es-tu suivi par d'autres professionnels lors de ta grossesse ou pour ton... bah ton accouchement à venir ? »

Enquêtée D : « Ouais. Par une sage-femme libérale et euh... (temps de réflexion) Ouais et... Et j'ai déjà vu mon ostéo aussi, deux fois et je la revois d'ailleurs hum dans 2 semaines. j'ai une audience qui est prévue... Une semaine avant le terme, on sait jamais. »

Enquêteur : « Ok et euh... Du coup c'est cette sage-femme-là libérale qui sera en fait présente à l'accouchement ? »

Enquêtée D : « Non. Pas du tout. Si ça... Ça peut se faire à mon domicile, je n'aurais pas de professionnel de la santé hum... Ni de professionnels tout court (Rire). Et par contre, si c'est à l'hôpital, bah c'est à l'hôpital hein c'était euh... Des sage-femmes du service en question, au moment où j'arrive qui sont au service quoi. »

Enquêteur : « D'accord. Et donc comment vous avez prévu un petit peu le la chose c'est effectivement ton mari en fait, qui va te qui va te permettre d'accoucher à domicile ? »

Enquêtée D : « Hum... C'est son soutien qui va permettre d'accoucher à domicile, oui. Euh... Mais en soi, c'est toute mon information, mes informations euh et tous les différents supports auxquels je... Euh... J'ai accès durant cette grossesse pour me permettre d'accoucher à domicile du coup, dont ma doula et puis euh... Des livres écrits par des sage-femmes, par par des gynécos euh qui sont spécialisés dans... Dans l'accouchement à domicile qui... C'est plutôt c'est plutôt même ces supports là on va dire qui me permette d'accoucher à domicile car ils me font prendre conscience du coup du hum... Du fonctionnement du corps de la femme euh et... Et puis et puis voilà, en complément avec le l'accompagnement de la doula du coup, ouais. »

Enquêteur : « Et hum... Je me demande juste en fait pourquoi ta... Ta sage-femme euh... Hum... Tu l'as pas forcément prévue en fait pendant ton ton accouchement à domicile et qu'il y a une raison particulière ? Est-ce que vraiment c'est cet aspect médical qui te dérange ou... ? »

Enquêtée D : « Non. Alors euh... Euh en fait pour faire des accouchements à domicile, il faut que des sage-femmes et des assurances spéciales et il faut qu'elles soient déclarées comme euh... Sage-femme d'accouchement, oui AD on appelle ça donc il faut qu'elles aient des assurances spéciales euh... Tout un accompagnement, qu'elle soit couverte euh... Vraiment des choses... Ouais truc de fou quoi, bon après c'est normal, elles ont la vie d'une maman et d'un d'un nouveau-né entre les mains. Mais du coup, c'est pour ça que je pouvais pas faire après à... A ma sage-femme pour le domicile parce qu'elle n'est pas justement euh labelisé justement comme sage-femme hum à domicile. Elle est au courant de mon projet. Hum... Elle le... Elle le soutient comme si, elle se, elle le soutient comme si elle soutiendrait une autre femme qui dirait : « bas, je veux accouchée à la maternité » et euh... Je lui ai juste dit que... Par contre dès qu'elle voit un... Un feu rouge ou un feu orange qu'elle me le signale quand même mais pour le moment euh... Elle va dans mon sens et elle me contredit pas. »

Enquêteur : « D'accord. Ok. Et euh... Et donc hum pourquoi t'as fait le choix d'avoir cette sage-femme au départ en tout cas, plutôt que d'avoir une autre sage-femme qui serait éventuellement assurée pour cet accouchement à domicile euh et dans lequel tu aurais pu aussi avoir ta doula ? »

Enquêtée D : « Ah bah, si j'avais pu avoir le choix, je l'aurais fait ce choix mais malheureusement euh... Je suis trop éloignée euh... Des deux sage-femmes les plus proches (Rire) euh... Et puis, au vu de mon antécédent de césarienne une des deux ne souhaitait de toute façon pas me suivre euh... Donc du coup euh je je j'ai pas le choix en fait hein c'est... C'est contre mon gré de ne pas avoir de sage-femmes parce que j'aurais vraiment voulu en avoir une et hum... Et euh c'est c'est ça c'est juste ça qui me fait un peu peur où euh... Pour euh pour ouais, mon souhait d'accouchement à domicile de pas avoir de sage-femme quand même ».

Enquêteur : « Ok. Ok, je comprends mieux effectivement là ton recours à une sage-femme qui n'est pas... Bah assurée en tout cas pour le domicile. Et euh... La doula dans ta... Dans son soutien en tout cas pour par rapport à ton projet hum elle va te soutenir toi mais est-ce que par exemple elle a dû, au niveau de d'autres professionnels, venir un petit peu appuyer euh... En tout cas en tant que soutien venir appuyer un petit peu cette décision avec toi auprès de d'autres professionnels par exemple ? »

Enquêtée D : « Alors euh, j'ai la chance que ma sage-femme et ma doula se connaissent étroitement euh... Donc euh ma sage-femme elle est, elle est déjà un peu sensibilisée à l'accouchement physio parce que hum elle euh... Elle faisait du plateau technique donc le plateau technique c'est quand l'hôpital met à disposition euh hum... L'hôpital, les locaux de l'hôpital, pour que des sage-femmes viennent euh... Accoucher leurs patientes et donc du coup tout se referme, enfin, en phisio c'est beaucoup plu,s que des sage-femmes qui prennent le leur service et tout ça quoi. Et... Euh... Tu peux me répéter juste ta question ? (Rire)

Enquêteur : « Euh... Je te demandais si ta doula en fait était venue un peu appuyer avec toi auprès de d'autres professionnels »

Enquêtée D : « Ouais, donc du coup pour la sage-femme, elle en a pas eu besoin. Euh elle m'expliquait qu'elle peut être elle voudrait hum... Venir avec moi à un rendez-vous à la maternité où je souhaite accoucher, ils la connaissent déjà plus ou moins mais ce serait juste pour renforcer un peu le lien du coup et euh... Et puis bah du coup euh non, elle a pas besoin de... De d'appuyer plus du coup. Donc euh... Elle a appuyé au niveau de mon conjoint du coup.

Enquêteur : « Ok. Il était peut-être un petit peu réticent au départ ? »

Enquêtée D : « Euh réticent non parce qu'il il sait qu'il peut me faire confiance euh mais euh... Il avait beaucoup de peur et euh... elle a pu hum... Lui expliquer ses peurs aussi hein euh... Lui dire, lui oui, lui expliquer pourquoi il avait peur et euh... Sur quel point il avait raison d'avoir peur et sur quel point il pourrait me faire confiance et lâcher un peu du... Et lâcher un peu Ouais le lest quoi qui avait quoi. Donc elle, elle le sou... Le soutient qu'elle pourrait éventuellement être aussi, c'est du point de vue euh... Direct après l'accouchement euh... Au niveau de mon fils, au niveau de mon mari, au niveau du... De l'organisation de la maison ça, ça va être le gros soutien du coup. Donc euh... Voilà. »

Enquêteur : « Ok. Ok. Hum... Qu'est-ce que la doula t'apporte de plus que ton entourage qui par exemple pourrait être ta maman, une amie ou une sœur en particulier ? »

Enquêtée D : « Alors, en sachant que j'ai appelé par césarienne euh... Il existe encore euh une très grosse croyance qui dit que euh... La première césa en entraîne toujours d'autres et... j'ai pu aborder ce sujet d'accouchement à domicile avec euh ma mère, elle m'a dit : « mais [enquêtée], tu as... Tu as accouché par césarienne, ce sera pas possible, ça marchera pas euh... Rupture utérine » et tout ça, tout ça, tout ça mais en fait euh... C'est enfin, oui ce sont des croyances. Le chiffre n'est pas beaucoup plus élevé que l'hôpital, donc euh... On on nous a tellement conditionnées aussi, enfin ON, c'est la faute à personne hein, mais euh euh... Tout, tout ça, toute notre époque, on nous a tellement conditionnés à accoucher à... bah, dans un milieu médical que euh... Du coup, je passe pour une folle un peu pour euh... Ouais, pour une folle qui va accoucher dans sa maison, alors qu'il existe euh... Eh ben des moyens pour réduire les risques euh les risques. Donc euh... Je sais que ma doula là elle euh elle partage le même point de vue que moi du coup, et puis euh... Et puis voilà, du coup. »

Enquêteur : « Ouais. En fait, c'est vraiment plutôt quelqu'un qui va venir soutenir vos vos décisions et et vos choix en tout cas ? Vous n'avez pas vraiment besoin de soutien émotionnel ? »

Enquêtée D : « Ouais, exact. Exact. Au niveau du soutien émotionnel euh... Pff... J'en ai pas vraiment, enfin j'en ai pas vraiment besoin, je peux pas trop dire ça maintenant mais euh... D'autant plus... Enfin, là maintenant j'en ai besoin là parce que j'ai une euh... Une pas très bonne nouvelle euh alors ma dernière écho conciliaire, donc là oui c'est pour ça que ma doula va intervenir sur le plan, sur le plan émotionnel mais sinon ouais c'est plus pour me recentrer sur moi-même, me poser les bonnes questions, savoir ce que j'ai vraiment envie qui... Où elle où elle m'aide quoi donc... Du coup euh... Voilà. »

Enquêteur : « Ok. Hum...Es-tu satisfaite des services fournis par ta doula ? »

Enquêtée D : « Oui bien sûr. Oui, oui absolument. Elle est disponible hein, je lui envoie un message sur les réseaux pour lui dire : « écoute tiens il y a pépin là ou ou je vais pas bien, il y a quelque chose je sens qu'il y a quelque chose qui se passe pas besoin, elle réagit hein dans le quart d'heure, dans les 30 minutes max j'ai une réponse à... à mon message. »

Enquêteur : « Ok. Euh... As-tu perçu un écart entre les attentes que tu avais au départ et ce qui se passe réellement avec ta doula aujourd'hui ? »

Enquêtée D : « Non. Pas du tout. Absolument pas. C'est... Je te parlais du feeling au début mais en fait euh... Et ben, on est sur la même longueur d'onde. Euh... Y'a des femmes qui sont beaucoup plus extrémistes euh si je peux dire ça comme ça, euh que moi pas du tout, à ne pas faire de suivi médical dans la grossesse, pas faire de prise de sang, échographie de suivi et tout ça et euh... Ben tout de suite, elle m'a posé des questions sur comment je me sentais par rapport à tout ça et je lui dis : « Non, non. Moi euh je fais quand même tous mes suivis et tout ça, c'est moi je veux juste accoucher à la maison et en fait, elle part du même principe que moi donc euh... Ca... C'est tout de suite le feeling est passé par rapport à ça. »

Enquêteur : « Ok. Euh... Conseillerais-tu cet accompagnement à ton entourage ? »

Enquêtée D : « Ouais. Bien sûr euh... Même avant que je sois enceinte euh je l'ai conseillé euh... Je l'ai conseillé à ma belle-sœur euh... Mais euh... Elle n'a pas fait appel au service d'une doula, mais euh je le conseille et... Et une fois que j'aurai réussi mon accouchement comme je le souhaite, j'hésiterai pas à le crier haut et fort d'ailleurs (Rire). »

Enquêteur : « Ok. Et hum... Dernière petite question, referais-tu appel à une doula si c'était à refaire ? »

Enquêtée D : « Ouais. Oui, oui, bien sûr. Même pour euh... Pour d'autres sujets euh pas forcément pour un accouchement du coup hein euh mais pour un autre sujet euh comme une vie de couple, un besoin en tant que maman d'a d'avoir le soutien quelque part euh sans devoir euh... Sans avoir besoin d'aller chez son psychologue tout de suite hein mais euh ouais, je je continuerai à la faire appel si le faut. »

Enquêteur : « Ok. Ben c'est à peu près toutes les questions que j'avais, est-ce que tu... Est-ce que tu aimerais rajouter quelque chose que j'aurais peut-être pas forcément posé comme question et qui t'aurait semblé important d'en parler euh... ? »

Enquêtée D : « Hum... Bas moi je pense que les hôpitaux en l'occurrence, les doula, elles sont pas... Assez bien accueillies. Euh... Quand on a fait euh une dizaine de séances pendant toute une grossesse, euh je pense qu'on peut les considérer comme la tante qui va venir voir faire sa curieuse euh... Euh juste après l'accouchement, pour voir combien le bébé il pèse et il mesure et qu'on autorise à faire venir tandis que la doula euh... Qu'on connaît depuis... Une bonne dizaine de séances est pas autorisée à venir ça... Ca me... Je comprends pas je j'arrive pas à comprendre pourquoi euh... Pourquoi pas elle, et d'autres qui viennent juste faire les curieux ont le droit de venir. Mais bon, après ça, c'est encore un autre débat. Mais voilà c'est tout. »

E. Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée E

Enquêteur : « Euh... du coup la première partie euh..., ça va être des questions, des questions sur vous personnellement. Du coup, quel âge avez-vous ? »

Enquêtée E : « 35 ans. »

Enquêteur : « D'accord. Et quelle est votre situation familiale ? Est-ce que vous êtes seule ? En couple ? »

Enquêtée E : « Non, je suis mariée. »

Enquêteur : « Ok, très bien. Quelle est votre profession ? »

Enquêtée E : « Je suis kinésiologue. »

Enquêteur : « D'accord super et quel est le métier de votre mari ? »

Enquêtée E : « Il est ingénieur. »

Enquêteur : Ok. Et combien avez-vous d'enfants ? »

Enquêtée E : « Et bien 2, mon premier a 9 ans et ma deuxième a 6 mois. »

Enquêteur : « D'accord et où habitez-vous ? »

Enquêtée E : « À Fougères, en Bretagne. »

Enquêteur : « Ok, super. Alors euh... comment avez-vous eu connaissance de l'existence des doulas ? »

Enquêtée E : « Et... bien, je connaissais les..., les doulas depuis ma première grossesse, donc [Nom de son fils] a 9 ans et demi. Donc, ouais, ils ont 9 ans d'écart mes loulous. Et euh... donc ouais je connaissais, j'ai, je suis, j'ai toujours été dans les choses un peu alternatives, enfin donc... voilà. C'était quelque chose ouais, qui m'attirait.

Enquêteur : « Et du coup de quelle manière avez-vous trouvé votre première doula ? »

Enquêtée E : « Euh et bien sur la première grossesse, je n'ai pas eu de doula. C'est pour ma deuxième grossesse que j'ai fait appel à une doula (Rire). Je l'ai trouvé sur Internet, j'ai regardé euh voilà, c'était la première qui ressortait sur Fougères. Je l'ai appelé et avec Marie, ça tout de suite matcher, donc on a dit : « Allez, c'est parti ! » ».

Enquêteur : « Ok, c'est génial ça. Euh... et du coup, sur quels critères vous avez choisi votre doula ? »

Enquêtée E : « (Blanc) Euh... alors là pour le coup, moi, il n'y avait pas tant de critères. Les critères, c'était vraiment, euh..., déjà dans un premier temps, c'était sa..., sa voix, sa bienveillance, son écoute. Voilà, déjà rien que le premier entretien au téléphone, elle était hyper chaleureuse et maternante. Et c'est vrai que quand on est maman et bien euh... surtout sur les débuts de grossesses, on a vraiment besoin de se sentir materner. C'est rigolo comme..., comme, sentiment. Et elle, euh... en fait, elle a tout de suite su me dire ça, et fait euh... mettre le doigt là-dessus. Et c'était exactement ça quoi, c'était vraiment euh... Surtout que voilà moi, je n'ai pas ma famille à côté, on est, j'ai que ma sœur ici, donc euh... c'était une épaule sur laquelle se reposer. Donc ouais quels critères, c'est... en plus de la connaissance et de la technique de travail, j'ai envie de dire, c'est surtout la..., la façon d'être quoi, très chaleureuse et voilà.

Enquêteur : « D'accord, ça marche. Et à tout hasard, est-ce que vous savez si elle fait partie de l'Association des Doulas de France ou pas ? »

Enquêtée E : « Euh... l'Association des Doulas de France, je ne sais pas honnêtement, je pense que oui, mais je ne suis pas certaine. Il y a combien de fédérations ou d'associations ? C'est la seule ? »

Enquêteur : « Alors il y a une seule association qui porte ce nom et elle est nationale. Mais euh... après il a différentes institutions qui ont été créées un peu partout en France, dans certaines villes.

Enquêtée E : « D'accord, ouais bah il me semble qu'elle faisait partie d'une association de Doulas, en fin je pense, mais voilà. »

Enquêteur : « D'accord. Et euh... du coup quelles sont les raisons qui vous ont conduite à recourir à une doula pour votre deuxième grossesse ? »

Enquêtée E : « (Blanc) Et bien euh... en fait, j'avais envie d'avoir un accompagnement sur la grossesse, et clairement il n'y en a pas chez nous. Fin euh..., les..., moi j'ai une super sage-femme, mais elle..., elle est très prise et euh... c'est vrai que les rendez-vous euh... et bien euh... on reste dans le cadre et on n'a pas le temps de plus, et..., et, c'est..., c'est déjà top. Mais avec une doula, c'était un rendez-vous de 2 heures sur 2 mois, où je pouvais parler de tout ce dont j'avais envie quoi, euh... tout ce qui est émotionnel, nos peurs, nos..., notre organisation, tout ça on ne le fait avec personne. Et euh... ouais... tout ce qui ouais, toutes les peurs, toute l'organisation, toutes euh... des.... Est-ce que je rentre dans le sujet tout de suite ou pas ? Est-ce que je vous donne des exemples tout de suite ou pas ? »

Enquêteur : « Euh... oui, oui, bien sûr, vous pouvez. Il n'y a pas de souci. J'adapterai mes questions par la suite du coup. »

Enquêtée E : « Ouais, ok, ça marche, pas de problème. Bah... des trucs tout bêtes, mais euh... qu'est-ce que ça pouvait être ? Alors déjà, bah... la peur, vous voyez, moi j'avais déjà mon loulou qui avait 9 ans, donc la peur de..., d'en aimer un plus que l'autre, la peur de... d'en laisser un de côté, plus que l'autre. Euh déjà toutes ces choses-là. Moi ça..., j'avais déjà eu une grossesse donc je n'avais pas besoin, enfin, je n'avais pas tant besoin des conseils sur la lactation, vous voyez sur l'accouchement. Euh... enfin accouchement avec péridurale. Là, pour le coup avec [Nom de sa doula], là..., ça a été l'objet de tout le..., tout le... comment dire, euh... tout l'accompagnement c'était pour mon accouchement sans péridurale, que je n'avais pas réussi à avoir lors du premier accouchement, parce que je n'étais pas accompagnée, je n'étais pas assez accompagnée pour ça et la douleur m'a fait peur. Et euh... voilà, à 4, j'étais au bout de ma life, clairement (Rire), donc euh..., moi je me suis dit, euh... je voulais cet, cet accouchement sans péri, mais je me sentais pas du tout capable, parce que je m'étais dit, la première fois, à 4, j'ai pleuré, euh... j'étais à genoux, j'étais au bout de ma vie, vraiment euh..., je pleurais ma maman quoi hein... (Rire). Et en fait, pour le coup, j'avais des peurs et des a priori, et c'était vraiment ça aussi, de me dire : « Aller, on a 6 mois pour préparer ça ». Donc y avait ça, des trucs tout bêtes, mais vous voyez, moi, j'avais des..., un gros euh..., un gros stress qui peut paraître tout bête mais qui pour moi était vraiment important, c'est que, euh... mon conjoint ronfle. C'est un gros ronfleur, donc moi, j'ai des boules quies, et euh... et bien, c'était de se dire : « comment on organise la chose, pour que je puisse dormir avec les 2, avec mon bébé et mon mari, et... en portant des boules quies ? ». Des trucs tout bêtes mais avec [Nom de sa doula], on a dit : « Ça sera papa qui dormira à côté de bébé, toi, tu pourras porter tes boules quies ». Bon en fin de compte, je n'aurais même pas dû être stressée parce qu'avec mes boules quies j'entends mieux que tout le monde (Rire), je suis en hyper vigilance, enfin bon, je suis une maman quoi (Rire). Mais vous voyez, ce sont des trucs dont on n'a pas le temps de parler avec une sage-femme. Plein de petits trucs comme ça du quotidien. Je vais dire un autre exemple, mais nous, à une semaine de mon accouchement, j'ai perdu mon grand-père, et mon mari a perdu sa grand-mère. Donc des trucs, et bah là... heureusement qu'on avait une doula, parce que, bah... déjà, nous à Fougères, il n'y a pas de médecin généraliste, euh... voilà on est dans un désert médical. Euh... et en plus de ça, les sage-femmes, fin au pire ma sage-femme nous aurait pris c'est sûr, mais on n'aurait pas eu euh... le temps qu'on a eu avec [Nom de sa doula], pour parler de tout ça avec mon mari, sur des horaires qui nous arrangent aussi, parce qu'il ne faut pas rêver, [Nom de sa doula] elle peut venir le midi, elle peut venir le soir, euh... à 18 heures, fin voilà quoi. »

Enquêteur : « D'accord, je vois. Et du coup est-ce que vous aviez des attentes particulières avant de recourir à une doula ou pas du tout ? »

Enquêtée E : « (Rire) Et bien... tout ce que j'ai pu vous dire juste avant. C'étaient toutes ces attentes-là (Rire). Vous voyez, c'était vraiment ça en fait, parce que pour le coup moi, j'avais mon suivi gynéco, j'avais ma sage-femme, mais c'était vraiment pour pouvoir avoir cet espace-là et... que mon mari en fait et bien... puisse vraiment avoir une place, parce que clairement, et bien... ça a fait toute la différence. Et pourtant, je travaille en kinésio, je suis dans un cabinet médical, j'ai toujours été en maison médicale, j'ai toujours travaillé en cabinet médical, je suis tous les jours entourée de professionnels de santé. Mais non, y a des choses euh... faut laisser un peu de place à des alternatives... oui à des alternatives parce que clairement, c'est..., sans ça, ça n'aurait pas du tout été pareil. [Nom de son mari], il était arrivé au neuvième mois, il était capable de..., euh..., expliquer tout ce qui se passait dans mon ventre, voilà..., euh..., comment une maman vivait la grossesse, l'accouchement, avec péri, sans péri, voilà tout, et même le post-partum, euh..., on n'a pas eu de mauvaise surprise.

Enquêteur : « Et du coup votre mari, ils participaient aux séances avec la doula ou vous étiez seule avec la doula ? »

Enquêtée E : « Alors euh... ouais en fait on a fait des séances, bah... pareil, c'est ça qui est génial aussi, c'est que j'ai fait des séances, toute seule avec [Nom de sa doula], des séances avec [Nom de son mari], des séances avec [Nom de son fils], mon aîné. Aussi pour que [Nom de son fils], pour que [Nom de son fils] puisse aussi, euh... comment dire appréhender l'arrivée euh... de sa petite sœur, poser ses questions et à une professionnelle. Les loulous, ils sont toujours..., comme nous, ils sont rassurés quand il y a des professionnels qui vont leur dire que ça va se passer comme ci et comme ça, que si c'est maman qui lui dit toujours la même chose, bon ce n'est pas la même chose. »

Enquêteur : « Ok, super. À quel moment de votre parcours périnatal, votre doula a-t-elle commencé à vous accompagner ? »

Enquêtée E : « Moi, alors euh... au troisième mois de la grossesse. Ouais vers les trois mois. Au début, je me suis dit que ça faisait un peu tôt, et en fait je ne regrette pas du tout. Limite, c'est que je conseille à toutes les mamans, de commencer le plus tôt possible, parce que clairement, le premier trimestre, c'est celui où il y a le plus de doutes, où on est un peu pris par toutes nos questions et aussi par nos peurs. Parce que bah... au début, il n'est pas..., le bébé n'est pas officialisé, donc euh... plein de choses où en fait, au moins on a quelqu'un avec qui en parler et de se dire et bien... que même si ça devait ne pas prendre et qu'il y avait un problème dans les trois mois, on a une professionnelle qui est là pour nous accompagner s'il doit y avoir une perte ou quoi que ce soit. »

Enquêteur : « Oui ok. Et du coup par rapport aux séances que la doula vous proposait, comment ça se passait ? Quelles activités étaient proposées ? »

Enquêtée E : « Alors et bien... nous elle venait, c'étaient des séances de 2 heures, elle venait à la maison, c'était le vendredi après-midi, on parlait. On a beaucoup travaillé sur l'accouchement naturel, sans péri, enfin l'accouchement physiologique. Euh... un truc où vous voyez, je fais un petit aparté hein... Mais euh... et bien moi, je n'ai pas été... Euh... à Rennes, on a... euh... comment dire... on a un hôpital qui fait un secteur euh... c'est accouchement physio. C'est hyper carré, c'est hyper cadré. Vous êtes d'où vous êtes de Rennes ? »

Enquêteur : « Alors, non, je viens de Nantes. »

Enquêtée E : « Ah de Nantes, ouais ok. Et euh... ce service-là et bien ils n'ont pas pu m'accepter dans mon projet d'accouchement, et bien parce que j'avais eu des antécédents de santé, j'avais eu une tumeur bénigne au cerveau, voilà, il y a 3 ans, ce qui me faisait faire des crises d'épilepsie et ils avaient peu euh..., enfin je ne rentrais pas dans la case et dans le cadre. Et comme c'est tout nouveau ces secteurs-là, ils ne prennent pas de risques sur les dossiers, il faut que tout se passe bien, pour qu'ils puissent prendre de l'ampleur. Donc euh... je n'ai pas été accepté, et ça a été une grosse déception sur le moment. Et puis bah... par exemple [Nom de sa doula], m'a beaucoup aidé à me dire non mais tout façon si tu veux ton accouchement physio, tu l'auras. Alors que d'autres professionnels de la santé, m'auraient dit... déjà d'autres m'auraient dit : « Non mais vous savez que si vous voulez prendre la péri, vous pouvez ! ». Ils auraient toujours été vers le tric péri, alors que c'était mon projet de faire sans. Et donc voilà, j'ai fait cet aparté, et je... je me suis perdue (Rire). C'était quoi la question ? Ah oui... les

rendez-vous ! Et donc les rendez-vous, bah... c'était ça, c'était de la discussion, c'était de la préparation. J'ai aussi pris un petit rendez-vous massage de 2 heures. Ça, c'est pareil, c'est super top ! »

Enquêteur : « Est-ce que la doula vous proposait des ateliers type ou pas ? »

Enquêtée E : « Ouais, alors nous, on a fait, payants, euh... on a fait en plus de l'accompagnement, on a fait un atelier portage. Donc ça, c'était génial. Et [sa fille] a adoré aussi quand elle était dans mon ventre (*la petite gazouille à côté*). »

Enquêteur : « Et du coup, les ateliers se passaient à votre domicile ? »

Enquêtée E : « Alors, euh... les rendez-vous oui, et l'atelier portage ça s'est passé à l'extérieur dans un endroit neutre. »

Enquêteur : « Hum.... Est-ce que [Nom de sa doula], votre doula, était présente à votre accouchement ? »

Enquêtée E : « Alors, non. [Nom de sa doula], n'a pas pu être présente parce qu'on a fait la demande à l'hôpital et pour le coup ils n'étaient pas, alors..., dans tous les cas, elle n'aurait pas été présente au moment de l'accouchement. Mais elle pouvait être là, au moment du pré-travail, mais l'hôpital nous autorisait à n'avoir qu'une seule personne. Donc c'était soit mon mari, soit elle. Donc bon bah... c'était vite vu (Rire) ! Mais je pense sincèrement qu'encore une fois, alors je comprends très bien la réticence des..., des hôpitaux, parce qu'il est clair que nous, [Nom de sa doula], elle était hyper carrée. En plus, voilà..., c'est une ingénieure qui fait ça pour le moment à 80 %, enfin voilà elle a un truc. C'est une nana qui est fille de pharmacien, donc vous voyez, elle connaît très bien le cadre, elle respecte tout, elle est... elle est top. Mais c'est sûr que je me dis que peut être qu'il y en a qui dès fois sont un peu euh... dans leur truc euh... un peu euh... un peu dès fois un peu perché euh... Donc je comprends la réticence, mais ça n'empêche que... fin, il faut s'ouvrir à ça quoi, et... quitte à poser son cadre très clairement, avec euh..., que les hôpitaux posent leur cadre, ou fassent de entretiens avant. Mais euh... c'est. Même vous voyez, c'était..., pendant le pré-travail, c'étaient des trucs bêtes, mais dès fois ça peu durer longtemps. Moi, j'ai été déclenchée et euh... et bien peut être que mon mari, ça lui aurait bien fait plaisir que quelqu'un ..., que quelqu'un vienne un peu prendre son relais quoi. Parce que, euh... des trucs tout bêtes, mais alors en fait, il a passé limite presque toute la journée avec elle au téléphone, qui lui disait : « fais ci, fais ça, faites des tours, fais-lui des massages, appuis sur tel point peut être pour déclencher tel truc, dis-lui tel mot », fin voilà quoi. Alors que si elle avait été là, voilà..., il aurait soufflé deux secondes. »

Enquêteur : « Waw ok, super intéressant merci. Et du coup, combien de séances avez-vous fait avec [Nom de sa doula] ? »

Enquêtée E : « Euh... et bien nous, c'était donc une fois par mois, donc à partir du troisième mois, donc 3, euh... donc ça fait euh... donc il y avait 7 séances, parce qu'il y avait 3, 4, 5, 6, 7, 8, et 9 mois, donc oui, c'est ça, il y avait bien 7 séances, plus 1 massage et l'atelier portage (Rire).

Enquêteur : « Ok, ah oui 7 séances ça fait pas mal tout ça. D'accord. Et euh... à combien était estimé le coût de l'accompagnement environ ? »

Enquêtée E : « Euh... et bien nous... euh... le tout euh..., la séance était à combien ? Euh... je dirais 60 euros peut être. C'est donné en plus de ça. Les nanas vu le boulot qu'elles font fin... c'est donné quoi ! Donc euh... ouais c'était ça, c'était 60 euros la séance. Je pense que 60 euros le massage de 2 heures aussi, vous voyez (Rire) et le portage, c'était 40 euros environ, enfin voilà quoi ! »

Enquêteur : « Ok, ça marche et vous avez payé par quel moyen de paiement ? »

Enquêtée E : « Euh... nous par carte bancaire, elle avait le matériel qui fallait, son petit truc-là. »

Enquêteur : « Est-ce qu'il y avait d'autres moyens de paiement possibles ? »

Enquêtée E : « (*Blanc*) Et bien ouais... on pouvait faire par chèque ou en espèces. Enfin, disons que... elle, ce qui l'arrangeait le plus c'était la carte bancaire parce que le chèque fallait aller à la banque, l'espèce c'est pareil. Euh... elle me disait, fin elle nous a dit dès le début, que si on pouvait faire par carte bancaire c'était le plus simple. Et euh... est-ce qu'on a donné une arrhes, euh... ouais je pense qu'on en avait donné une, peut-être une toute petite partie dès le début, pour euh... pour l'engagement quoi ! »

Enquêteur : « D'accord. Hum... et à tout hasard, est-ce que vous savez s'il existe des aides financières pour recourir à une doula ? »

Enquêtée E : « Hum... non... en tout cas moi, je ne sais pas. Et pour ouais, pour moi en tout cas, je..., je n'ai eu aucune prise en charge. »

Enquêteur : « Ok, pas de soucis. Et du coup, est-ce que vous avez été suivi par d'autres professionnels de la santé, pendant votre parcours périnatal ? »

Enquêtée E : « Alors, oui, du coup, j'ai eu un suivi gynécologique et j'ai eu une sage-femme. Et j'ai aussi vu... j'ai fait une séance d'hypnose pour mon accouchement, pour préparer mon accouchement. Parce que c'était vraiment quelque chose qui me paraissait euh... pas à ma portée en fait. Et donc pour info, j'ai pu accoucher sans péri (Rire) !

Enquêteur : « Ok, c'est génial alors. Et comment avez-vous vécu l'accompagnement par les autres professionnels du coup ? Quels sont vos retours d'expériences ? »

Enquêtée E : « Et bien euh... moi... ma gynéco elle est sympa mais bon voilà c'est expéditif, fin voilà, moi je trouve ça toujours dommage, mais bon c'est comme ça ! Voilà, elle est sympa, mais euh... en tout cas, elle n'est pas désagréable. Et ma sage-femme, et bien euh... elle est super sympa, pour le coup je suis super contente de l'avoir en plus de ma doula. Et euh... voilà, je sais que si jamais j'avais besoin de quoi que ce soit, et y avait des choses que la doula euh..., la doula, elle ne pouvait pas me rassurer. Clairement, le septième mois, j'avais des contractions, beaucoup trop de contractions, ma sage-femme, elle m'a prise directe, et elle m'a dit : « Vous venez demain matin, j'ai tel créneau de libre ! ». Fin elle, me trouvait des créneaux euh..., moi sur le... au niveau, santé, physique ou autre, et bien ça..., ça c'était ma sage-femme qui gérait. »

Enquêteur : « D'accord, ça marche, super. Et du coup, qu'est-ce que votre doula vous apportait de plus que votre famille, votre entourage au quotidien ? »

Enquêtée E : « Bah... je dirais, la connaissance, le non-jugement, la connaissance, l'organisation. Clairement hein..., il y a un regard professionnel, où il y a des trucs organisationnels où on se disait : « Ah ouais, c'est vrai, je n'y aurais pas pensé ! ». Bah des trucs bêtes, mais déjà rien que sur le... bah... quand on a perdu nos grands-parents, donc moi mon grand-père ça n'a pas posé de problème, mais quand [Nom de son mari] a perdu sa grand-mère, et bien on savait qu'elle allait mal, on ne savait pas qu'elle allait partir à ce moment-là, mais voilà. Mais on avait déjà prévenu ses parents, 1 mois ou 2 à l'avance, pour leur dire qu'on se donnait un délai, et que si 10 jours avant l'accouchement mamie devait décéder, ni moi, ni [Nom de son mari] qui était son petit-fils, n'irait à l'enterrement. Et si pareil, elle décédait 2 jours après le... l'accouchement, et bien euh... c'est pareil. On..., on voulait faire le choix de privilégier la vie et les bons moments, plutôt que d'aller à un enterrement à ce moment-là. Voilà, mais tout ça, ça n'a pas été facile hein..., parce qu'il faut l'assumer, euh... il faut le dire à nos familles, il faut que nous aussi et bien on soit en accord avec ça. Au début, bah... on ne savait pas trop, et c'est là que clairement, on a fait une séance avec [Nom de sa doula], qui nous a permis de poser les mots, de..., de voir les organisations, de poser un délai. Alors que nous on était dans l'émotion, alors nous, on ne l'avait pas cette organisation avec ce reflux émotionnel. Alors de ce côté-là, [Nom de sa doula] nous a beaucoup apporté !

Enquêteur : « D'accord, je comprends un peu mieux. Et du coup, est-ce que vous êtes satisfaite des services de [Nom de sa doula], pour vous accompagner ? »

Enquêtée E : « Oh bah oui..., bah oui, clairement (*la petite gazouille*) ! Et [sa fille] aussi apparemment (Rire) ! »

Enquêteur : « D'accord et du coup est-ce que vous conseillerez cet accompagnement à votre entourage ? »

Enquêtée E : « Oui, oui, à tout le monde, à toutes les mamans, ouais, à toutes les mamans, c'est que de plus. Et à tous les papas aussi hein (Rire) ! Clairement, quand je vois moi, mon mari, vous voyez avant, euh... dès fois, j'entendais des couples qui me disaient : « On a accouché ». Et moi, je me disais, ils se foutent de la gueule du monde, ils ont accouché de rien du tout, elle a accouché oui... il n'a pas accouché (Rire) ! Vraiment ! Et c'était un truc qui me faisait faire des bons, euh... attend, on a accouché de quoi (Rire) ? Et clairement, et bien maintenant..., je peux comprendre ce que ça veut dire, le « on a accouché ». Parce que..., et bien mon mari, alors en plus moi, sur un accouchement sans péri, bah... il fallait qu'il soit là. Et bah clairement, ouais, on a accouché, je n'ai pas accouché toute seule. Il a fait la moitié du taff avec moi, ce n'était pas le même, mais cet accouchement s'il a été comme ça, c'est parce qu'il a été coaché pendant 6 mois et qu'on a accouché ensemble. »

Enquêteur : « Ok, c'est vraiment génial ça. Et est-ce que vous avez perçu un écart entre les attentes que vous aviez en amont de cet accompagnement et ce qu'il s'est réellement passé ? »

Enquêtée E : « Euh... non, à part que du mieux (Rire) ! Ouais, ouais, pour le coup, euh..., après voilà moi, je savais ce que je voulais, j'étais... Et puis même, de tout façon, [Nom de sa doula] elle était..., elle savait ce que je voulais, fin euh... elles sont formées les nanas, clairement, elles sont formées à ça quoi. Fin en tout cas celles qui sont formées (Rire) ! »

Enquêteur : « Donc, pour vous, c'était un critère, que votre doula soit formée ? »

Enquêtée E : « Ah oui, oui, oui ! Qu'elle soit formée, qu'elle soit carrée. Moi aussi, je suis dans l'alternatif, la kinésiologie, c'est alternatif, et pourtant, je suis hyper carrée, je suis dans un cabinet médical, je... fin... voilà ! Donc, pour moi, c'était important le truc d'avoir quelqu'un qui corresponde à mon profil et que... pas quelqu'un qui me dise à tout prix « accouchement péri », « accouchement sans péri », « les périls c'est de la merde ». Non, moi, je voulais quelqu'un qui soit respectueux des professionnels de la santé, de la médecine, clairement ! Parce que bah... clairement c'est complémentaire et euh... quelqu'un d'hyper carré et ouais moi, je ne voulais pas quelqu'un qui soit là à toujours euh... ou trop perché, non moi voilà euh... ! »

Enquêteur : « D'accord, ça marche ! Et si vous avez le projet de tomber de nouveau enceinte, est-ce que vous referiez appel à une doula ? »

Enquêtée E : « Oh bah oui... bah clairement ! Ouais ! Oui, oui, c'est clair ! »

Enquêteur : « Vous ne regrettez pas de ne pas avoir eu recours à une doula pour votre premier enfant ? »

Enquêtée E : « Eh bien non, parce que pour le coup, j'ai vraiment pu voir euh... bah..., alors mon premier accouchement, j'avais une super sage-femme aussi hein, je veux dire. Elle a été très attentive, surtout que ma première grossesse et bien, j'ai fait un petit pré baby-blues, c'est-à-dire que moi mon baby-blues, je l'ai fait euh... quand j'étais enceinte de 4 ou 5 mois et ça été... euh... j'ai eu 1 mois très compliqué, donc j'ai été très bien accompagnée. Voilà, c'était euh... j'ai eu de la chance, mais 10 ans en arrière et euh... voilà maintenant au niveau des professionnels de santé bah... c'est plus pareil quoi. Fin, on a plus cette disponibilité-là ! Et euh... mais clairement euh..., bah... non, ça m'a permis de voir les deux choses et de voir en quoi la doula, c'était un gros plus ! Et vous voyez et bien c'est pareil, j'avis forcément peur de me dire, j'espère que je ne vais pas faire un petit baby-blues, pendant ou même après. Et en fait, clairement avec une doula, on limite énormément les euh..., les baby-blues, les dépressions post-partum, parce que..., et bien en fait..., on en parle pendant l'accompagnement, c'est organisé ! Nous bébé est arrivé, tout était organisé avec une professionnelle, on a fait..., même le papa, il était prêt à laisser cette place à..., tout était prévu, ce n'est pas pareil quoi ! Fin clairement, il y a un accompagnement de 2 heures minimum par mois, et 2 heures, c'est quand même bien ! Et non, dans la tête, clairement, ce n'est pas pareil quoi ! Dès fois, il y a des parents qui arrivent, limite, des mamans qui travaillent, elles ont un arrêt, euh... un congé maternité, quoi bah... 1 mois ou 1 mois et demi avant, et elles accouchent 1 mois avant. Mais vous vous rendez compte du truc, derrière on fait une dépression directe quoi. Elles n'ont même pas eu le temps de se poser, ou elles ont eu 2 semaines pour se poser. Moi, je l'ai vu quand j'ai arrêté le taff, heureusement, moi en plus comme je suis en kinésio, je fais beaucoup de tests musculaires, je suis debout pendant 1 h 30. Donc ma sage-femme, euh... ma gynéco a bien voulu m'arrêter 1 mois avant, mais honnêtement, euh..., et bien euh..., si j'avais accouché, j'étais sur les rotules quoi, clairement ! Les doulas, elles sont là pour nous permettre d'appréhender tout ça, de voir, fin voilà ! La maman qui va pleine balle et qui accouche, elle se dit, ouais..., surtout sur un premier. Clairement oui..., si j'avais eu cet accompagnement pour mon premier, clairement, ça aurait été plus facile. »

Enquêteur : « Ok très bien, merci ! Alors j'ai fini le tour de mes questions. Est-ce que vous avez des choses à ajouter ? Ou bien, évoquer des choses qui n'ont pas été dites ? »

Enquêtée E : « Eh bien non. Moi, je trouve que c'est super en tout cas votre initiative. Je vous félicite, c'est un super sujet ! »

Enquêteur : « Merci beaucoup pour votre enthousiasme en tout cas ! Je suis vraiment ravie de pouvoir travailler sur ce sujet et de pouvoir en découvrir un peu plus tous les jours grâce à vos témoignages et retours d'expériences. »

Enquêtée E : « Bah oui, c'est un super sujet, ce sont des choses..., je trouve ça trop dommage que personne ne connaisse, que ça soit trop peu connu, même chez les professionnels de la santé. Moi justement, pour le coup..., pour le coup, je mets beaucoup [Nom de sa doula] en..., en lien avec le pédiatre avec lequel je travaille. Voilà, enfin, même avec l'hôpital. Moi, j'essaye vraiment de développer ça, parce que c'est pour les mamans quoi ! Ouais, clairement, c'est pour les mamans, c'est pour les papas. Et c'est con, mais un accouchement, une grossesse qui se passe bien. Moi, je vois ma grossesse, pour le coup ça été beaucoup, beaucoup plus facile grâce à [Nom de sa doula], ce n'est même pas comparable, même pas comparable ! Bon, c'est ma deuxième, mais 9 ans après, on zappe des trucs hein quand même (Rire) ! pour le coup la grossesse... et quand je vois mon bébé, bah il n'y a pas photo, c'est pas du tout... mon fils, il a fait ses nuits à 3 ans, [sa fille], a fait ses nuits à 1 mois et demi (Rire) ! Des trucs tout bêtes, mais... la grossesse s'est bien passée, l'accouchement aussi, tout était..., fin..., je n'aurais jamais cru que ça soit possible. C'est pour ça... euh... j'ai mis 9 ans à mettre... euh..., à faire mon deuxième parce que mon premier, bah... je l'adore, fin, il m'a fait être hyper créative, parce qu'il y avait tellement de choses difficiles, j'ai appris à voir les choses autrement avec lui. Mais clairement, je me suis dit, non pas un deuxième tout de suite (Rire) ! Et pour le coup, je vois à quel point..., quand la grossesse est belle, quand..., bon..., il y a 9 ans d'écart, donc j'ai aussi grandi en 9 ans, mais euh... quand l'accouchement se passe bien, pour le bébé, c'est totalement différent. »

Enquêteur : « C'est vraiment super intéressant d'avoir des retours aussi passionnants que le vôtre. Merci beaucoup en tout cas pour le temps que vous nous avez accordé et d'avoir répondu à nos différentes questions. C'est vraiment très gentil de votre part. »

Enquêtée E : « Ouais, merci à vous ! C'était avec plaisir vraiment ! C'est important en tout cas ! »

Enquêteur : « Pour information, si vous le souhaitez, nous pourrions vous transmettre le mémoire quand il sera terminé ! »

Enquêtée E : « Ah oui carrément, ça sera vraiment avec plaisir ! C'est super sympa. Bonne continuation, vraiment, c'est super ! »

Enquêteur : « Merci beaucoup, bonne continuation également. À bientôt, au revoir ! »

Enquêtée E : « À bientôt, au revoir ! »

F. Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée F

Enquêteur : « Alors du coup, quel âge avez-vous ? »

Enquêtée F : « J'ai 27 ans. »

Enquêteur : « Ok très bien. Quelle est votre situation familiale ? »

Enquêtée F : « Euh, je suis en congé parental, voilà et en reconversion professionnelle du coup, pour être doula une fois la fin de mon congé parental terminé. »

Enquêteur : « D'accord super, vous êtes en couple, vous vivez seule ? »

Enquêtée F : « Non, je suis en couple et bientôt mariée. »

Enquêteur : « D'accord, ça marche félicitations. Votre profession de base, c'est quoi du coup ? »

Enquêtée F : « *(Blanc)* Euh..., j'ai une licence STAPS en activités physiques adaptées à la santé, voilà. »

Enquêteur : « D'accord et votre conjoint, il fait quoi dans la vie ? »

Enquêtée F : « Il est euh... électricien en usine. »

Enquêteur : « Ok. Avez-vous des enfants ? »

Enquêtée F : « Oui, j'en ai 2. »

Enquêteur : « Ils ont quel âge ? »

Enquêtée F : « Euh 3 ans et demi et 21 mois »

Enquêteur : « D'accord, très bien. Et vous êtes de quel coin de la France ? »

Enquêtée F : « Dans le Sud, dans les Bouches-du-Rhône, à côté de Arles, Nîmes, voilà. »

Enquêteur : « D'accord, ça marche. On va maintenant pouvoir passer aux questions portant plutôt sur l'accompagnement de la doula, les raisons de l'accompagnement par une doula. Du coup, comment avez-vous eu connaissance de l'existence des doulas ? »

Enquêtée F : « Euh... *(Rire)* dès ma première grossesse, on va dire que je me suis beaucoup renseignée sur tout ce qui gravitait autour de la maternité. Et c'est là, en lisant, que j'ai connu les doulas. Et du coup, voilà. »

Enquêteur : « Ok, ça marche. Vous avez trouvé des articles, des livres ? C'était sur quoi ? »

Enquêtée F : « *(Blanc)* Je crois que c'était dans des livres, il me semble, sur internet aussi et les réseaux sociaux. Et en fait moi euh, je voulais m'écarter euh du médical, fin pas du médical,

mais du sur médical. Et du coup, je cherchais tout ce qui était un peu autre que médical en fait, donc voilà. »

Enquêteur : « Ok, merci. C'est super intéressant d'avoir cette approche-là. Et du coup sur quels critères avez-vous choisi votre doula ? »

Enquêtée F : « Euh..., je dirais que j'ai pris celle qui était la plus proche de chez moi. Et étant donné que là où je suis, il n'y en a pas des masses. Elles sont en train de pousser les unes après les autres (Rire), il n'y en avait pas beaucoup à ce moment-là. J'ai fait appel à une doula qu'à ma deuxième grossesse, pas pour ma première, mais que pour ma deuxième grossesse et c'est vrai qu'il y en avait qu'une dans le coin. Et elle m'a été recommandée par une autre doula, mais qui était plus loin et qui ne pouvait donc pas me suivre, voilà. »

Enquêteur : « D'accord super. Et vous savez si la doula qui vous a accompagné est affiliée à l'Association Doula de France ou pas ? »

Enquêtée F : « (*Blanc*) Je me rappelle plus, je me rappelle plus, je ne crois pas, voilà. »

Enquêteur : « D'accord et pour vous, ce n'était pas un critère important qu'elle fasse partie de l'association des doulas de France ? »

Enquêtée F : « Non pas du tout parce que euh..., je ne vais pas être très objective hein (Rire), je suis désolée, mais euh... y a, y a d'autres écoles, qui pour moi en France, euh... valent tout autant que l'école Doula de France en fait (Rire). D'autres écoles apportent toutes les capacités et compétences pour être reconnue en tant que doula professionnelle, sans passer par l'école de Doula de France. »

Enquêteur : « Ok, super merci pour cet avis très intéressant. Euh... et du coup, quelles sont les raisons qui vous ont conduite à recourir à une doula ? »

Enquêtée F : « (*Blanc*) Hum..., et bien du coup comme je disais tout à l'heure, m'éloigner du sur médical et du médical. J'ai eu une grossesse sans grosses pathologies, fin sans pathologies tout court. Et euh..., j'avais un projet d'accouchement physiologique, je voulais avoir toutes les informations euh... pour être maître de mon accouchement. »

Enquêteur : « D'accord et du coup, est-ce que vous aviez des attentes particulières envers la doula avant le début de l'accompagnement ou pas ? »

Enquêtée F : « (*Blanc*) Et bien, je voulais (Rire) une doula bienveillante, qui soit vraiment à l'écoute, et... qui ne m'influence pas, qui (*blanc*), qui ne calcule pas, fin qui ne parle pas d'elle. Je ne voulais pas quelqu'un qui me raconte son expérience. Non, je voulais vraiment quelqu'un qui ne soit là que pour moi. Euh vraiment une personne qui m'écoute et qu'elle me transmette les informations utiles et sans influencer ni conseiller quoi. »

Enquêteur : « Ok, ça marche, et à quel moment de votre parcours périnatal l'accompagnement avec la doula a-t-il commencé ? »

Enquêtée F : « (*Blanc*) Pendant la grossesse, pendant la grossesse, je crois au deuxième trimestre. »

Enquêteur : « Donc c'était vers le sixième mois de la grossesse à peu près, c'est ça ? »

Enquêtée F : « Euh... oui, ouais euh..., ouais un peu avant, ouais un peu avant vers le cinquième mois, je dirais. »

Enquêteur : « Et l'accompagnement de votre doula a duré jusqu'à quand ? »

Enquêtée F : « Euh... jusqu'à post-partum mais elle n'est pas venue tant que ça car j'en n'ai pas fait la demande. Financièrement, c'était un peu compliqué, c'était assez onéreux, du coup, je crois qu'on a fait deux séances en prénatal et 1 ou 2 en postnatal. »

Enquêteur : « J'avais plusieurs questions au sujet du coût de l'accompagnement. Est-ce que vous savez s'il existe des aides financières pour recourir à une doula ? »

Enquêtée F : « Euh... alors il y a certaines doulas qui acceptent les chèques CESU, et euh..., je sais que là dernièrement, il y a certaines mutuelles qui commencent à rembourser les séances d'accompagnement par une doula. Il me semble que c'est un maximum de six séances, euh... et plafonné à 25 euros la séance. Mais sinon il n'y a pas de financement, fin pas à ma connaissance en tout cas. »

Enquêteur : « Et vous du coup pour votre accompagnement, c'était un tarif de combien ? »

Enquêtée F : « *(Blanc)* (Rire) Je m'en rappelle plus, ça fait deux ans en fait, euh... *(blanc)*, alors je sais qu'en postnatal on a fait qu'une séance et c'était un tarif libre car c'était une visite, c'était la visite postnatale en fait. Et elle m'a proposé un tarif libre. Et pour les séances postnatales, il me semble, oh... je ne sais plus, je ne sais plus, je crois que c'était 40 euros un truc comme ça, ouais 40 ou 50 euros. »

Enquêteur : « D'accord, ça marche. C'était juste pour avoir un ordre d'idée. Et par quels moyens de paiement, vous pouviez payer ? »

Enquêtée F : « Euh... espèces, chèques, virement ou... oui virement et CESU. »

Enquêteur : « Vous avez opté pour quel moyen de paiement vous ? »

Enquêtée F : « En espèces. »

Enquêteur : « Ok. Maintenant, on va passer à la partie sur l'accompagnement en lui-même et les séances. Qu'est-ce que la doula vous proposait ? Si vous avez des exemples d'ateliers et d'activités. »

Enquêtée F : « *(Blanc)* Euh..., en fait, c'était plutôt moi en tant que cliente qui menait la séance, dans le sens où j'avais beaucoup d'attentes euh... par rapport aux..., en fait, je pense que j'avais plutôt besoin d'être rassurée sur ce qui était légal de faire en France par rapport à... l'accouchement. J'avais besoin moi, de me rassurer. Par exemple, je suis sortie au bout de 13 heures après mon accouchement et euh... si je n'avais pas eu ma doula, je pense que je ne l'aurais pas fait parce que j'aurais attendu, alors que légalement c'est possible. J'avais vraiment besoin de..., d'être rassurée en fait sur ça et euh..., et de... peaufiner aussi mon projet de naissance, euh... voilà. Et euh... en fait au début je voulais un accouchement à domicile, et du coup je voulais aussi avoir des contacts de sage-femmes. Ma doula en a eu, mais finalement la

sage-femme était en vacances pile à cette période-là, donc voilà ça n'a pas pu se faire à domicile. Et puis oui toutes les informations, les questions que je lui posais sur la grossesse et l'accouchement quoi, elle y répondait. »

Enquêteur : « D'accord super et les séances se passaient à votre domicile ? »

Enquêtée F : « Oui (*blanc*), oui, oui, oui. »

Enquêteur : « Les séances se passaient toujours à domicile, il n'y avait pas la possibilité de faire autrement ? »

Enquêtée F : « Euh... si, il y avait la possibilité en fait, c'était assez libre en réalité, on allait où on voulait. Mais moi, je ne voulais pas bouger en fait (Rire), j'étais chez moi, dans mon cocon, et en plus avec mon conjoint aussi donc euh... voilà. »

Enquêteur : « D'accord et quel a été le rôle de votre doula au cours de votre parcours périnatal ? Comment pourriez-vous le qualifier ? »

Enquêtée F : « (*Blanc*) Hum., euh... sécuritaire j'aurai dit et euh... le côté rassurant dans le sens où... à tout moment elle est disponible en fait. Fin, je sais que je n'étais pas gênée si j'envoyais un message, par exemple à 3 heures du matin, je savais, même si elle ne me répondrait pas forcément, je savais que j'avais le droit de le faire, de lui envoyer. C'est vraiment cette disponibilité-là, qui m'a plu. Et euh... ouais voilà. »

Enquêteur : « Ok génial. Et est-ce que vous avez fait des ateliers particuliers comme des portages, des massages, des choses comme ça, ou pas ? »

Enquêtée F : « (*Blanc*) Euh..., elle m'a fait en postnatal un resserrage du bassin, voilà. Après, c'est tout, après, c'est moi qui lui aie demandé, elle est restée un long moment pour faire le resserrage. Et elle m'a montré la technique pour le continuer après, les jours suivants, voilà. »

Enquêteur : « D'accord et les séances duraient combien de temps quand votre doula venait chez vous ? »

Enquêtée F : « (*Blanc*) Je dirais 1 h 30, ouais 1 h 30 voire un peu plus il me semble, je ne sais pas si ce n'était pas 2 heures. »

Enquêteur : « C'était assez aléatoire ? Vous n'aviez pas prévu à l'avance la durée de la séance ? »

Enquêtée F : « (*Blanc*) Non, (*blanc*), non, elle ne m'avait pas dit. »

Enquêteur : « D'accord. Est-ce que votre doula était présente à votre accouchement ? »

Enquêtée F : « Non. »

Enquêteur : « Est-ce que c'était votre choix, ou ce n'était pas possible qu'elle soit présente ? »

Enquêtée F : « Euh... alors, c'était parce que c'était en maternité, qu'il y avait déjà mon conjoint, donc pour accepter une autre personne c'était compliqué. Mon conjoint, je ne suis pas sûre qu'il aurait été pour, euh... ce que je comprends, mais bon après voilà. Par contre, si c'était à refaire pour un troisième bébé, il y aurait ma doula. Il y aurait ma doula, mais pas mon conjoint. »

Enquêteur : « Ah oui, c'est vrai ? Pourquoi ? »

Enquêtée F : « Alors déjà, les conditions ne seraient pas les mêmes, je voudrais que le prochain accouchement se fasse à domicile. Donc mon conjoint serait dans la maison comme c'est à domicile. Il serait dans la maison, mais en fait, on en a parlé, il se sent inutile pendant le travail, il ne sait pas quoi faire donc euh... (Rire), il ne sait pas comment faire. Donc si j'avais eu ma doula pour mon deuxième accouchement, ça aurait été mille fois mieux, parce que j'avais ma sage-femme, mais un accouchement sans péridurale, ça demande énormément, fin pour moi, pour ma part, ça m'a demandé beaucoup de féminité, d'être entourée par une présence féminine et rassurante. Et donc je sais que là, ma doula y aurait eu toute sa place. Bon après, c'est aussi un gros coût financier d'avoir sa doula lors de l'accouchement, donc il faut bien y réfléchir. »

Enquêteur : « Ok, c'est un beau projet si cela doit se faire. Et du coup votre doula vous accompagnait exclusivement ou bien elle accompagnait également votre conjoint ? »

Enquêtée F : « (Blanc) Euh... non, je dirais qu'elle nous a accompagné tous les deux, parce qu'elle s'est adressée à lui plusieurs fois pour savoir comment il appréhendait les choses, non, non, elle nous accompagnait tous les deux. »

Enquêteur : « D'accord génial. Et durant votre grossesse est-ce que vous avez été suivi par d'autres professionnels en plus de la doula ? »

Enquêtée F : « Euh..., bah oui sage-femme, et après la maternité, à la fin de la grossesse, oui à la toute fin. Et euh... sage-femme échographe aussi, voilà. »

Enquêteur : « D'accord et quels retours pourriez-vous en faire ? Quelles sont vos expériences par rapport à ça ? »

Enquêtée F : « (Blanc) (Rire) Je ne suis pas (Rire) très bien placée pour parler parce que (Rire) parce qu'on va dire que... la sage-femme sur qui je suis tombée, fin les sage-femmes sur qui je suis tombée était beaucoup moins dans l'écoute et quand j'ai dit que je voulais accoucher sans péridurale, on m'a dit : « Non mais faut arrêter hein..., y a des femmes, elles sont bien mortes en accouchant ». Fin, on m'a sorti de ces phrases. Mais du coup, c'est pour ça que le médical pour moi, bah c'est très compliqué, car j'ai vécu une mauvaise expérience. Mais ouais non franchement, ce n'est pas terrible, j'ai trouvé, pas terrible. »

Enquêteur : « D'accord et c'étaient les mêmes professionnels que pour votre première grossesse ? »

Enquêtée F : « Alors, non, j'ai changé. »

Enquêteur : « Et pendant la première grossesse, ça c'était mal passé aussi ? »

Enquêtée F : « Euh... oui, il y a eu de très nombreux abus, euh... ouais y a eu de très nombreux abus, on m'a fait peur énormément de fois, on m'a forcé à faire plein de choses, des analyses,

des examens, des choses qui n'étaient pas du tout obligatoires. On m'a fait peur en me disant que mon bébé pouvait mourir, fin tout un tas de choses et en fait, bah... non ce n'est pas arrivé. Et franchement (Rire) franchement ça été horrible (Rire). Donc ouais, j'ai changé de maternité, exprès pour ça, pour ne pas revivre ces choses-là, mais... au final, ça a été pareil dans une autre maternité donc euh... voilà. »

Enquêteur : « D'accord, je suis navrée de l'apprendre. J'espère que votre prochaine grossesse se passera mieux et surtout que vous arriverez à faire l'accouchement que vous désirez tant. Mais du coup, qu'est-ce qu'une doula vous apporte de plus que les membres de votre famille et votre entourage au quotidien ? »

Enquêtée F : « (Blanc) Euh... le recul, le fait qu'elle ne connaît pas forcément mon vécu, qu'elle ne connaît pas, en fait qu'elle est neutre, elle est neutre et du coup elle ne peut pas dire : « Oui, mais tu as fait ça la dernière fois », déjà, il y a ce truc-là. Et le côté des conseils non sollicités que tout l'entourage peut donner, bah elle, elle ne le fait pas. Les « tu devrais faire... » ou « moi je suis passée par là, alors je sais... », fin ce genre de phrases elle ne les dit jamais, jamais. »

Enquêteur : « Est-ce que vous êtes satisfaites des services fournis par votre doula ? »

Enquêtée F : « Oui, oui, oui. »

Enquêteur : « Avez-vous perçu un écart entre les attentes que vous aviez avant l'accompagnement et ce qu'il s'est passé réellement pendant cet accompagnement ? »

Enquêtée F : « (Blanc) Euh... non, non je, ça a répondu à mes attentes, ouais. »

Enquêteur : « Est-ce que cet accompagnement a été au-delà de vos attentes ? »

Enquêtée F : « (Blanc) Non, ça a été mes attentes parce que je savais ce qu'était une doula et elle a fait son job, je trouve (Rire). »

Enquêteur : « Et referiez-vous appel à une doula pour une prochaine grossesse ? »

Enquêtée F : « (Blanc) Je ne pense pas, étant moi-même formée aujourd'hui, je ne pense pas. Je pense que je me suffirais à moi-même (Rire), vu que je suis moi-même formée, j'ai les capacités, les compétences et les informations nécessaires. Après, je ne suis pas fermée, mais il faudrait vraiment que j'ai le gros coup de cœur, le gros coup de feeling avec la doula. Et vu que je suis dans le milieu, ce sont des consœurs, mais je me rends compte qu'il y a aussi beaucoup de rivalité entre doulas. »

Enquêteur : « Mais du coup, d'après votre expérience, conseilleriez-vous aux autres mamans ou aux futures mamans d'être accompagnées par une doula ? »

Enquêtée F : « Oui totalement, oui ah bah... surtout pour la disponibilité. Je sais que pendant une grossesse et surtout un post-partum, une maman et même le papa, traversent énormément d'émotions à tout moment de la journée, et envoyer un message à sa sage-femme ou son gynécologue c'est quand même beaucoup plus compliqué que d'envoyer à la doula en fait. Donc ouais, mille fois, mille fois (Rire). »

Enquêteur : « J'ai fini mes différentes questions. Est-ce qu'il y a des choses que vous voulez préciser ou bien ajouter qui n'auraient pas été dites ? »

Enquêtée F : « (*Blanc*) Euh... non, je crois que j'ai tout dit (*Rire*). »

Enquêteur : « Merci beaucoup en tout cas d'avoir pris le temps de répondre à nos questions, cela nous permet d'avoir différents points de vue et c'est très enrichissant pour notre travail de recherche. »

Enquêtée F : « Sera-t-il possible d'avoir accès à votre mémoire lorsqu'il sera terminé ? »

Enquêteur : « Alors, oui, bien-sûr. Si vous le souhaitez, nous pourrions vous l'envoyer par courriel une fois qu'il sera terminé. Il n'y a aucun problème là-dessus au contraire. »

Enquêtée F : « Super merci beaucoup, ça serait super intéressant oui. »

Enquêteur : « Bonne journée, à bientôt. »

Enquêtée F : « Merci, à bientôt, au revoir. »

G. Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée G

Enquêteur : « Alors du coup, quel âge avez-vous ? »

Enquêtée G : « Euh... j'ai... je suis en train de chercher mon âge (*Rire*), j'ai 33 ans (*Rire*). »

Enquêteur : « D'accord. Et quelle est votre situation familiale ? Est-ce que vous êtes seule ? En couple ? »

Enquêtée G : « Je suis mariée. »

Enquêteur : « Ok, très bien. Quelle est votre profession ? »

Enquêtée G : « Euh..., je suis coiffeuse depuis de longues années, et indépendante depuis 10 ans. Euh... avec une équipe de 2 personnes, avec moi. Et euh..., je suis depuis 1 an, doula, en plus euh... de mon activité de coiffeuse. »

Enquêteur : « D'accord super et quel est le métier de votre mari ? »

Enquêtée G : « Il est salarié dans une entreprise euh... de plomberie et chauffage, et lui, il a 36 ans. »

Enquêteur : « Ok, ça marche. Et combien avez-vous d'enfants ? »

Enquêtée G : « Euh... j'ai 2 enfants, un de 4 ans et demi et le deuxième de 20 mois. »

Enquêteur : « D'accord et où habitez-vous ? »

Enquêtée G : « J’habite dans le 49, je suis sur Beaupreau, en plein cœur des Mauges. »

Enquêteur : « Ok. Maintenant, on va passer plutôt sur euh..., des questions portant sur les raisons du recours à une doula. Du coup, comment vous avez eu connaissance du terme de doula ? Comment vous avez su que cette activité existait ? »

Enquêtée G : « Du coup, j’ai appris à connaître cette activité euh... par le biais des réseaux sociaux. Euh..., j’en suivais une, sans savoir que c’était un métier, euh... ouais je suivais une page, voilà. C’était [une doula] qui est en Corrèze et qui partage du contenu sur la naissance, et je n’avais pas forcément vu le terme doula. Et puis euh..., j’ai eu mon premier enfant euh... avec un post-partum très compliqué, mais une très belle grossesse et un très bel accouchement. Mais ouais un post-partum très, très compliqué. Euh... je m’étais très peu informée avant d’être maman, j’avais juste les références de, de..., de ma famille et de mon entourage proche. Et euh..., et en fait je..., je n’avais pas eu de projections hyper concrètes et vraies finalement. Donc ça a été un post-partum très compliqué, avec un bébé douloureux, donc qui pleurait h 24. Et donc euh..., comme on n’avait rien préparé de l’après-accouchement (Rire). Eh bien, on s’est, fin... je me suis vraiment, mise, après, à me poser des questions, de pourquoi je..., j’en étais passée par là, je suis passée par une dépression du post-partum. Et donc, euh... donc j’ai..., j’ai, ensuite, une fois que j’avais la tête hors de l’eau, je me suis dit, mais comment ça se fait que j’en..., je me suis retrouvée à ce point euh... isolée, à ce point mal, fin voilà. Et j’ai fait mes recherches du coup. Euh d’abord sur euh... la pathologie de reflux qu’avait ma fille, et puis... ensuite, sur pourquoi il n’y avait rien pour épauler les parents. Et puis, bah..., je suis tombée sur d’autres comptes sur les réseaux sociaux en fait euh..., et... il y a eu les confinements et la crise du covid. J’aimais vraiment beaucoup mon métier, sans envisager quelconque reconversion. Et puis à la suite du deuxième confinement, les salons de coiffure ont été de nouveau fermés. Et euh... j’ai tout mis en œuvre pour voilà, rebondir après, voilà. Et puis en fait, quand je suis retournée dans mon salon de coiffure, tout... euh... presque tout neuf, avec des nouveaux produits, etc., je m’ennuyais fortement et euh... je me demandais ce qui se passait dans ce vide-là, qu’il y avait dans ma vie professionnelle. Donc j’ai commencé à me dire, bah tiens qu’est-ce que je peux faire à côté ? Pour voir, si ça se trouve, peut-être, que je peux faire quelque chose. Et euh... du coup, je me suis fait accompagner par quelqu’un qui euh..., qui guide les parcours professionnels. Et du coup en est sorti la casquette de doula, et j’avais réalisé que c’était une activité vraiment que quelque temps avant quoi. C’était vraiment tout frais dans ma tête cette casquette de doula. Et donc euh... voilà... c’est comme ça que j’ai découvert, vraiment l’activité et ce que faisait une doula, et... euh... pourquoi est-ce que j’ai tout de suite cru dans cette place qu’à la doula. »

Enquêteur : « D’accord, mais du coup, vous êtes doula depuis combien de temps ? »

Enquêtée G : « Alors, moi euh... j’ai commencé à me former en..., en septembre euh..., oui septembre 2020. Non, septembre 2021, et puis euh... je suis vraiment formée là, pour être euh..., fin je vais..., j’attends ma certification-là, je suis en fin de parcours. Euh... avec le centre Pleine Lune qui se trouve au Québec, et du coup, il n’y a vraiment que 1 an que j’ai lancé ma..., mon activité. »

Enquêteur : « Ok. Et du coup, l’accompagnement avec la doula dont vous avez eu recours, ça s’est passé à quel moment ? Il y a combien de temps ? »

Enquêtée G : « Alors euh... ça s’est passé pour la naissance de ma deuxième fille. Euh... vu mon expérience avec mon premier bébé, je voulais absolument mettre tout en œuvre pour passer

un..., un post-partum beaucoup plus doux (Rire) et donc euh... j'avais tout de suite dit que je prendrais une doula, en m'ayant renseigné et ayant déjà euh... goûté un peu à..., à la formation euh..., pendant ma grossesse. Euh, du coup, je me suis dit bah... je prendrais une doula, je veux aussi absolument, ressentir moi, la place de cliente en fait, euh... la place de famille entourée d'une doula, et ressentir..., ça me faisait aussi un..., une référence, fin des..., des points de..., des points d'appui pour l'après et surtout ne pas revivre les mêmes déboires, la solitude, le manque de soutien émotionnel et voilà. Et donc on l'a contacté pendant ma grossesse, c'était la seule doula qui était proche de chez moi et qui pouvait se déplacer. Parce que je voulais absolument quelqu'un en présentiel, je ne voulais pas..., je ne voulais pas que du distanciel, car j'en connaissais pleins des super doulas à travers les réseaux, qui m'attiraient. Mais je voulais vraiment quelqu'un qui puisse venir chez moi. »

Enquêteur : « Ok, donc euh... ça a vraiment été la proximité euh... qui a pesé dans votre choix quoi ? »

Enquêtée G : « Oui, tout à fait. Parce que... euh..., je n'avais pas un choix, un choix fou euh..., je..., je..., à ma connaissance, il n'y avait qu'elle. Et donc, elle est euh..., elle est à Vallet, donc de Beaupreau elle est à 35 min, donc ouais voilà. Je crois que vous l'avez contacté d'ailleurs, parce qu'on est toujours en contact et c'est [Nom de sa doula]. »

Enquêteur : « Ah oui, oui, effectivement ! »

Enquêtée G : « Eh bien, c'est [Nom de sa doula] qui m'a accompagné du coup ! **Enquêteur :** « Ok, super ! Oui, du coup, on va l'interroger, c'est une de mes camarades qui va le faire d'ici peu. Mais du coup vous avez été orienté par une personne en particulier, ou s'est dû à vos recherches personnelles ? »

Enquêtée G : « Euh... alors, c'est une de mes amies qui savait que..., que je m'orientais vers cette activité, qui m'a dit : « Tiens, regarde, y a une doula à Vallet ! ». Et donc euh... c'est comme ça que je l'ai trouvé. »

Enquêteur : « Ah oui d'accord, ok. Et du coup, quelles sont les raisons qui vous ont conduite à recourir à une doula ? »

Enquêtée G : « Et bien euh... vraiment, ma première expérience. Euh... et puis le besoin de..., oui le besoin de ne pas être toute seule, euh... puisque j'avais bien compris qu'après un bébé, on ne sait pas tout ce qu'il nous attend. J'avais bien conscience après, finalement, qu'avec un deuxième bébé, même avec la connaissance qu'on avait du coup euh..., même avec la première expérience, on ne sait pas du tout ce qui nous attend. Et je voulais vraiment m'assurer de..., d'avoir quelqu'un en appui euh..., en plus des super sage-femmes que je connais, et en plus du médecin. Et euh..., parce que... en fait, l'isolement que l'on a ressenti avec la naissance de notre première fille, c'est..., comme elle avait un reflux, elle avait un RGO donc un..., un reflux interne. Ce n'était pas perceptible et donc euh..., à l'œil comme ça, à part les pleurs, à part moi qui la sentais douloureuse et qui étais intimement convaincue qu'il y avait un problème ! Les médecins, les sage-femmes me..., fin surtout le médecin me disaient : « Vous êtes fatiguée, reposez-vous, ça ira mieux ! ». Et en fait euh... (Rire), c'était le vide total, et donc euh... je voulais absolument m'assurer que je ne serais pas toute seule si jamais j'avais une intuition, et que dans cette période euh... hyper vulnérable qu'est le post-partum, euh... il y aurait quelqu'un pour me dire : « Ecoute toi, peut-être qu'il faut taper du poing sur la table si tu sens qu'il y a un problème, il faut creuser ! ». C'est vraiment ça qu'il m'a manqué euh... pour mon premier bébé,

parce que... autour de moi euh... j'ai eu ma première fille, bah voilà la famille, les amis, font ce qu'ils peuvent quand ils te voient en détresse comme ça, ils voient 2-3 heures de la vie de notre bébé, et ils disent ; « Bah ça ne se passe pas si mal, un bébé ça pleure, c'est normal ! » (*Rire*). Sauf que, lorsque c'est au quotidien, et qu'on s'épuise, et que tout le monde nous dit : « Ça va passer ! ». Bah en vrai ça ne passe pas (*Rire*). Et euh..., c'est hyper dangereux de rester... tout seul, comme nous, on l'a fait, parce que... parce que ça peut vraiment aller... vraiment loin dans le mal-être. Et donc euh..., ma grosse peur d'avoir un deuxième enfant, c'était de revivre ça ! Donc je voulais avoir une doula auprès de moi pour mon post-partum principalement. »

Enquêteur : « D'accord. Et du coup la doula, qu'est-ce qu'elle vous a apporté de plus que l'accompagnement de votre famille, votre conjoint ou votre entourage ? »

Enquêtée G : « (*Blanc*) Euh... bah euh..., je pense que c'est le fait qu'elle soit complètement extérieure, et qu'il n'y a pas du tout d'affecte et, y a..., y a un lien de confiance qui s'est installé avec [Nom de sa doula], mais il n'y a pas l'affect que l'on a, avec euh..., nos proches. Ce qui fait qu'on ose peut-être plus dire ce qu'il se passe euh... pour nous, sans avoir peur de blesser la personne voilà, on peut déposer tout ce qu'on a à déposer sans..., sans culpabilité. Et donc euh... on sait que... de tout façon, elle ne va pas s'en aller en courant quoi (*Rire*), je..., je..., voilà c'est..., c'est un peu ça ! »

Enquêteur : « Ok, très bien. Et est-ce que... vous aviez des attentes particulières avant l'accompagnement de la doula, ou pas ? »

Enquêtée G : « Euh... oui moi, je crois que j'avais une grosse attente de..., euh... d'un soutien émotionnel, on savait qu'on ne voulait pas avec mon conjoint, je me souviens encore que mon conjoint m'ait dit : « Non mais nous, on ne l'engage pas pour qu'elle fasse du linge ou du ménage. Hors de question que ce soit pour ça ! ». Et euh... et donc moi je m'étais dit, oui bon bah si vraiment tout va bien ça pourra être l'option de se dire, bon bah comme ça on a de l'aide à la maison et tout ça, le temps de 2 heures et au pire j'irais faire une sieste et voilà. Mais pour mon conjoint, c'était radical, si on prenait quelqu'un, bah c'était pour moi, et pour que je puisse être bien cette fois-ci, parce que lui (*Rire*), il avait vraiment le souvenir d'être complètement démuni face à moi quand il rentrait du travail après notre premier bébé. Et donc c'était..., nos attentes à nous, c'était vraiment le côté émotionnel. »

Enquêteur : « D'accord. Et du coup le rôle de la doula pendant le post-partum euh..., ça a été lequel exactement ? »

Enquêtée G : « Alors nous, on a..., on a vécu un accouchement assisté à la maison. Donc euh... [sa deuxième fille] est..., est née chez nous, donc on..., on s'est dit que... ça allait être aussi un appui euh... en étant hors structure médicale, d'avoir 2 bras de plus. Finalement, on n'a pas eu besoin..., on n'a pas eu besoin, le post-partum immédiat s'est très bien déroulé. Donc on est plutôt restés que nous, avec le passage des sage-femmes évidemment pour la mise en route de l'allaitement, pour surveiller bébé et pour euh... me surveiller moi. Et puis bah... [Nom de sa doula], est arrivée plus tard quand..., bah euh, quand bébé avait quelques..., fin quelques semaines..., oui peut-être 2-3 semaines, le temps qu'on ait émergé de notre bulle et puis que..., qu'on soit prêt à accueillir quelqu'un d'autre avec nous. Et euh..., elle a été vraiment plutôt dans l'écoute. Moi, j'avais des..., des craintes énormes que... mon bébé ait aussi un reflux comme sa sœur aînée. Donc elle a été beaucoup là, en appui en disant : « Mais pourquoi il ferait ce reflux ? Observe ton bébé, regarde tout à l'air de plutôt bien aller ! ». Donc ça a été plutôt un..., une personne d'appui, d'écoute et rassurante. »

Enquêteur : « D'accord. Et du coup, tout au long de votre grossesse, euh... elle n'a pas du tout été là, il n'y a pas eu d'accompagnement ? »

Enquêtée G : « Alors euh..., on s'est rencontrés une fois, pour qu'elle nous connaisse avant..., avant cette période d'après. Et euh..., et en fait, elle a... justement consulté nos attentes, qu'est-ce qu'on attendait d'elle après l'accouchement. Euh... et puis c'était aussi pour apprendre à se connaître pour voir si ça allait...matcher ou pas, fin si..., si la confiance s'installait ou pas. »

Enquêteur : « Ok. Et du coup euh... quand elle venait après l'accouchement, comment ça se passait ? Qu'est-ce qu'elle vous proposait ? Voilà, comment les séances se passait ? »

Enquêtée G : « Eh bien, quand elle arrivait, en général, elle me prenait..., fin elle me prenait comme j'étais, soit..., soit y avait un peu besoin de relais, et donc du coup euh..., elle prenait un petit peu le relais par exemple de..., de ranger ce qu'il restait dans la cuisine, fin d'aller me chercher des choses à l'étage ou au sous-sol et puis après, on s'installait euh..., euh... dans le salon confortablement. Euh... elle m'a surtout proposé son écoute, euh... par rapport au quotidien, comment ça se passait. Euh... et puis du coup, elle m'a proposé aussi euh... du soin par le corps, donc j'ai reçu un resserrage du bassin, j'en ai même eu 2 je crois d'ailleurs. Ouais, j'en ai eu un la première fois et après, on en a refait un autre. Euh... et donc euh... voilà, c'était principalement ça. Euh... il y a eu, ça a été plutôt des discussions..., plutôt des discussions oui et après du coup elle m'a proposé ses soins corps avec son rebezo. »

Enquêteur : « D'accord. Et du coup, c'étaient des séances de combien de temps à peu près ?

Enquêtée G : « (*Blanc*) Euh... il me semble que c'était... 1 heure et demie..., il me semble ouais. Après, j'étais libre, euh... je sais que si par exemple..., j'avais besoin que, par exemple une demi-heure ou trois quart d'heure, et bien le temps qu'il restait et qu'on n'avait pas utilisé et bien par exemple, elle allait le garder pour les fois prochaines. Et comme ça la séance suivante, on pouvait faire un temps d'écoute et faire..., faire un temps de soins pour le corps et prendre du temps pour soi, pour récupérer. C'était assez libre, elle..., j'avais un..., elle..., elle nous a vendu en fait 5 séances post-natales, c'était un..., c'était un pack. Et puis euh... après, c'était en moyenne 1 heure et demie par séance et donc du coup euh... on a géré le temps un peu selon le besoin aussi sur le moment quoi ! »

Enquêteur : « Ok. Et vous avez fait les 5 séances du pack ? Pas plus ? Pas moins ? »

Enquêtée G : « Oui. Alors je n'ai pas fait plus, parce qu'il y avait..., je n'avais pas besoin en fait. Par contre, il y a eu quand même de nombreux échanges. Euh..., elle proposait des discussions à travers WhatsApp, et donc il y a eu quand même, dès fois entre les rendez-vous..., dès fois des petits appels, des petits messages réconfortants, ou juste voilà, pour des questions, euh... quand je savais que ça pouvait être elle qui allait me répondre, et que c'était hors questions médicales, en fait, voilà. »

Enquêteur : « D'accord très bien. Et euh... vous n'avez pas participé a des ateliers collectifs avec d'autres femmes ou familles ? »

Enquêtée G : « Euh... alors, après si... l'été qui a suivi, [Nom de sa doula] a proposé une rencontre avec toutes les mamans qu'elle avait accompagnées euh... donc c'était sous forme

de pique-nique et en fait elle a réuni ses clientes, juste pour un moment de partage. Voilà, ce n'était pas euh..., on n'a pas fait de..., de..., de temps collectif pour de l'information quoi. »

Enquêteur : « Vous l'avez vécu comment ce moment de partage là ? Le fait de rencontrer les autres mamans ? »

Enquêtée G : « C'était sympa, c'était..., c'était chouette, euh... de voir un peu quel parcours à chacune, de voir euh..., de voir les difficultés des unes des autres, où..., où on se reconnaît, mais où le..., la situation est complètement différente, mais on voit que ça vient chercher des choses assez problématiques qui prennent autant d'énergie, qui inquiètent autant que le problème que l'on a rencontré nous. Et euh... oui c'était plutôt aussi le côté chaleureux de se retrouver, entre femmes, avec nos bébés. »

Enquêteur : « Les papas n'étaient pas invités à ce temps de partage ? »

Enquêtée G : « Euh... non, c'était vraiment..., ouais [Nom de sa doula], elle n'avait convié que les mamans. »

Enquêteur : « D'accord. Et est-ce que du coup votre doula, [Nom de sa doula], a accompagné votre famille ou c'était exclusivement pour vous ? »

Enquêtée G : « Non, euh... elle l'accompagnait aussi, parce que euh..., on a fait en sorte que [Nom de son mari] soit là, bah... au moins pour la prise de contact. Parce qu'elle..., oui elle a vraiment englobé la famille en entier, je me souviens qu'elle avait aussi emmené des livres à mon aînée, elle s'est présentée en elle en disant : « Est-ce que tu sais qui je suis ? Est-ce que tu sais pourquoi je suis là et ce que je vais faire ? Pourquoi on va se revoir ? Pourquoi je vais revenir dans ta maison ? ». Donc, elle a vraiment pris soin de..., de se présenter à ma fille aînée qui n'avait que 3 ans. Et puis euh..., aussi de connaître, quels pouvaient être les besoins de mon conjoint, euh... peut être qu'elles étaient ses interrogations, ses peurs à lui, et qu'est-ce que lui attendait d'elle aussi quoi. Et après par contre, les séances euh... que j'ai fait avec [Nom de sa doula], elles ont été plutôt..., on a été plutôt, que toutes les 2. Euh... il me semble avoir euh..., j'ai peut-être fait une séance aussi où [Nom de son mari] était là, mais euh..., après, j'ai plutôt fait les séances une fois que mon conjoint avait repris le travail, pour moins être... toute seule en fait. »

Enquêteur : « Ok, super. Et les séances se passaient à votre domicile ? il n'y en avait pas à l'extérieur ? »

Enquêtée G : « Oui, c'était à mon domicile. Après, je pense que... qu'on pouvait faire ce qu'on voulait. Fin [Nom de sa doula] n'avait pas imposé quoi que ce soit, si ce n'est que ça se passait soit chez nous, soit à l'extérieur quoi. »

Enquêteur : « D'accord. Est-ce que vous savez s'il existe des... des aides financières pour recourir à une doula ? »

Enquêtée G : « Euh... je crois, à ma connaissance, j'ai entendu parler, il n'y a pas si longtemps qu'une mutuelle commençait à l'intégrer dans ses... prises en charge. Euh... il y en a une en France qui le fait, je crois, mais c'est tout récent. J'ai vu ça passer comme info... je pense sur les réseaux. Et autrement non, fin..., moi j'avais eu recours à... une aide par ma mutuelle, mais

c'était seulement pour l'accouchement... à domicile. Mais autrement, hormis cette connaissance de mutuelle que j'ai vu passer là tout récemment, il n'y a..., il n'y a rien quoi. »

Enquêteur : « D'accord. Tout à l'heure vous m'avez parlé d'un pack de 5 séances post-natales, du coup le pack était estimé à combien à peu près ? »

Enquêtée G : « Euh... je ne veux pas raconter de bêtises, mais je crois que... euh..., j'ai un doute. Je me demande si ce n'était pas entre euh..., entre 200 et 300 euros, je crois. Parce que j'avais un dépassement de 400 euros avec ma..., ma sage-femme qui venait à domicile, pour l'accouchement. Ouais un dépassement d'honoraires de 400 euros, donc il me semble que la doula, ce n'était pas très loin, mais pas..., pas autant. Ouais donc j'aurais dit 250 euros en moyenne, ouais. »

Enquêteur : « Elle ne proposait que des forfaits avec un pack de 5 séances ou il y avait d'autres possibilités ? »

Enquêtée G : « Alors, euh..., je crois que pour le post-partum, c'était... sa formule ouais. Elle proposait..., elle proposait que des..., des packs de séances, elle ne proposait pas à la carte. »

Enquêteur : « D'accord, ça marche. Euh... et du coup est-ce qu'il y avait plusieurs moyens de paiement ? »

Enquêtée G : « Euh..., on aurait pu... il me semble activer le CESU. Nous, on ne l'a pas fait, parce que je crois qu'on avait fait des calculs par rapport..., voilà, pour savoir si c'était intéressant ou non. Mais oui, on pouvait payer en CESU et euh sinon les moyens de paiement classiques quoi. »

Enquêteur : « Est-ce que vous avez été suivi du coup par d'autres professionnels de la santé durant votre parcours périnatal, en plus de la sage-femme à domicile, à la suite de votre accouchement assisté ? »

Enquêtée G : « Alors, ouais du coup la sage-femme dont je vous ai parlé. Après, si j'ai eu aussi euh..., eu recours à une..., une consultante en lactation, qui était certifiée IBCLC. »

Enquêteur : « Ça veut dire quoi IBCLC ? »

Enquêtée G : « Euh... alors, que je réfléchisse..., c'est International Board Certified Lactation Consultant. »

Enquêteur : « D'accord merci beaucoup ! Et ça se passait à domicile aussi, ou vous deviez vous déplacer ? »

Enquêtée G : « Euh... c'était un contact sur Paris, donc euh j'ai fait en visio. »

Enquêteur : « Ah d'accord. Et comment avez-vous vécu cet accompagnement ? Que ce soit avec la sage-femme ou avec la consultante en lactation ? »

Enquêtée G : « Euh... bah en fait, tout était bien complémentaire quoi, tout était..., les rendez-vous avec la sage-femme, en fait pour moi sont hyper..., en fait ils ont tous été hyper précieux, surtout que moi, j'en ai eu 2, il y avait ma sage-femme qui était là pour l'accouchement à

domicile et il y a avait la sage-femme du secteur de ma commune, qui a pris le relais ensuite. Et en fait, après euh..., un rendez-vous de sage-femme ça passe vite quoi, et on n'a pas le temps des fois, de tout..., de balayer tout ce qu'il se passe, et donc euh... bah c'est pareil en allaitement, elles n'ont pas toutes maintenant les informations, elles ne sont pas toutes formées autant qu'une consultante en lactation. Et comme mon allaitement sur mon premier bébé a été laborieux, bah du coup, c'est pareil comme avec la doula, j'ai tout mis en œuvre pour..., pour que ça soit plus pérenne et moins laborieux quoi. »

Enquêteur : « Ok. Alors ensuite, euh... est-ce que vous êtes satisfaites des..., des services dont la doula a pu vous fournir ? »

Enquêtée G : « Oui, oui, oui, ouais, ouais ! Ça a vraiment répondu à ce que j'attendais. Et puis ça a créé aussi..., fin euh... ça a créé aussi, je dirais le petit bonus, bah ça a créé de jolis souvenirs quoi, elle est venue parfois avec..., un petit truc à boire, ou un petit truc à manger, euh... un petit truc à grignoter quoi. Et puis... elle a offert à mon aînée, une petite plante verte qu'on a toujours dans la maison. Et euh..., et du coup, ça a permis un peu comme euh avec les sage-femmes qui voient naître nos bébés. Eh bien, je dirais que [Nom de sa doula], elle a su se greffer dans notre petit noyau, tout en étant hyper discrète et euh..., en même temps en répondant à nos attentes quoi. »

Enquêteur : « D'accord. Est-ce que vous conseillerez cet accompagnement à votre entourage ou même à des personnes extérieures ? »

Enquêtée G : « Oui (Rire), je ne vais pas vous dire non. Mais oui, oui, oui, pour moi, c'est quelque chose qui..., bah comme d'en d'autres pays hein..., qui serait très bénéfique, si c'était pris en charge par..., par notre société. Mais ça reste très utopique, ce que je conçois parce qu'on a déjà en France beaucoup de prise en charge, mais euh..., mais y a vraiment un..., un vide entre les familles et le corps médical. Euh... il y a vraiment un trou à combler, et ce que fais, je trouve magnifiquement les doulas. Parce que bah y a certaines familles pour qui tout va bien et il n'y a pas eu de problèmes majeurs, donc ils n'y verront forcément pas l'utilité d'une doula. Mais je ne pense pas que ce soit la majorité... car euh..., la majorité qui rencontre des problèmes... essaye de faire comme ils peuvent, les familles font comme elles peuvent avec ce qu'elles rencontrent comme obstacles. Et parfois elles se dépatouillent toutes seules, et ça peut être, je pense fatiguant, laborieux, etc. Et ça peut laisser, je pense, des séquelles psychologiques ou... émotionnelles en tout cas. Ça peut aussi même euh..., laisser des séquelles dans une famille entière, fin c'est... Et... et évidemment que je..., je conseillerais à tout le monde de s'entourer... ne serais ce que pour prendre soin de soi, en tant que femme, en tant que maman qui vient de traverser euh..., euh... une grossesse et peut-être que cette grossesse aura été euh... éprouvante ou peut-être qu'elle aura été toute douce. Mais ça..., mais en fait, de s'entourer et de..., de s'informer un maximum avant, ça permet, je pense après de..., de vivre les choses plus sereinement. Et la doula peut vraiment apporter ce point d'information qui... qui est précieux. Et dans notre cas plus on..., on..., je sais ce que je n'avais besoin pour être plus sereine euh..., le soutien émotionnel euh... il est vraiment..., comment dire... précieux, parce que j'avais pas forcément besoin d'une psychologue, euh... je n'avais pas besoin euh..., ouais je n'avais pas besoin de psychologue. Mais par contre, j'avais un énorme besoin de pouvoir parler euh... à quelqu'un de neutre à certains moments, ouais. »

Enquêteur : « Ok. Est-ce que vous feriez appel à une doula si vous avez l'occasion d'avoir un autre enfant plus tard ? »

Enquêtée G : « Alors oui, je le referais. Et je pense que je le ferais..., je crois que je le ferais du début à la fin cet accompagnement, fin de la grossesse jusqu'au post-partum. Parce que pour le coup (Rire), on fonctionne tous avec nos expériences et... ma deuxième grossesse était beaucoup moins drôle et euh..., et donc je pense que..., je pense que je le ferais ouais. »

Enquêteur : « Vous ne regrettez pas de..., de ne pas avoir demandé l'aide d'une doula pour votre deuxième grossesse ? »

Enquêtée G : « *(Blanc)* Eh bien... euh..., je ne me suis pas spécialement posé la question, euh... ce n'est pas un regret en soi, parce que ça n'a pas été..., fin ça s'est passé comme ça et... voilà, c'est une autre histoire. Mais après, euh... je dirais que ça m'aurait peut-être euh..., permis de..., de moins, peut-être de..., d'être mieux... euh comment dire..., d'être plus..., plus sereine euh... et plus épauler. Parce que... pendant la grossesse voilà j'ai été arrêté beaucoup plus vite que ce que je pensais, euh... j'étais malade, donc d'un point de vue famille, je n'arrivais même pas certains jours à m'occuper de ma fille aînée. On était en plein travaux à la maison en plus de ça. Donc je pense que mon conjoint aurait été content (Rire) de savoir qu'il pouvait s'appuyer sur quelqu'un d'autre. »

Enquêteur : « D'accord. Alors euh... j'ai fini mes questions. Est-ce que vous avez des choses à ajouter ? Ou d'autres choses qui vous semblent intéressantes à développer dont on n'aurait pas parlé ? »

Enquêtée G : « Bah je..., j'étais en train de penser que si on prenait une doula pour un autre enfant euh... on s'était fait la réflexion de si on voulait une doula au moment de l'accouchement, puisque [sa deuxième fille] est née chez nous. Mais ça, on sait aussi..., que... qu'on souhaitera rester seulement avec la sage-femme, donc il n'y aura pas spécialement la présence d'une doula. Même si voilà, mon conjoint me dit : « Oui, je me suis tapé tout le rangement, tout le linge ». Voilà tout ce que ça demande d'accueillir un bébé à la maison, d'un point de vue logistique, matériel et tout ça ! Mais..., mais on a ce ressenti aussi de se dire que quand même, c'est quelqu'un de l'extérieur et euh... comme on aime notre intimité euh bah pour ce moment-là, du coup on ferait sans la présence d'une doula. On a été hyper bien informé en physio, fin sur la physiologie de l'accouchement, on a été hyper bien informé, mais par contre, je pense que si les personnes... qui accouchent à la maternité ou à la maison, elles étaient accompagnées d'une doula, je suis intimement convaincue que..., que ça enlève bon nombre d'interventions médicales euh..., ça enlève considérablement euh le..., le besoin d'une péridurale, ça enlève... voilà. En fait les couples se sentiraient moins démunis face à ce qui se passe, ils auraient mieux préparé en fait la naissance, peu importe ce qu'il se passe, peu importe s'il y a une césarienne qui doit se faire en urgence, ils en auraient parlé avec leur doula et ça ne serait pas subi et ça serait quand même carrément différent ! »

Enquêteur : « Ok. C'est hyper intéressant, car du coup, on peut avoir... les divers points de vue des... des personnes avec qui on a pu discuter et passer les entretiens. C'est hyper intéressant et ça va être hyper enrichissant pour notre mémoire, donc c'est vraiment super. »

Enquêtée G : « C'est cool et c'est chouette ! C'est vous qui avez choisi ce sujet ? »

Enquêteur : « Alors en fait euh... oui et non, car en fait on a 4 professeurs qui travaillent chacun sur des thématiques différentes et qui nous ont chacun proposé un sujet de mémoire. Donc nous avons le choix entre 4 sujets au départ et on devait se positionner sur un sujet en priorité. Une de nos professeurs a proposé un travail autour de la question des femmes qui ont

recours aux doulas. J'ai décidé de me positionner sur celui-là. C'était un thème que je ne connaissais pas du tout, donc je trouvais ça super intéressant et je voulais savoir ce que c'était, ça m'intriguait. Et je suis vraiment contente d'avoir choisi celui-là pour le coup, car c'est vraiment super intéressant. »

Enquêtée G : « Ouais, ouais, c'est chouette que du coup des..., des étudiants se penchent sur euh... cette question parce que c'est quand même... tout juste émergent dans notre société, dans notre région en tout cas. C'est un peu plus courant à Paris et dans..., dans d'autres pays. Mais... dans notre société à nous, c'est quand même émergent et donc je trouve que c'est..., c'est chouette de voir des jeunes se pencher sur la question (Rire) ! »

Enquêteur : « Bah oui, oui. C'est vrai que même nous qui étudions dans les secteurs sanitaires et sociaux, eh bien c'était un sujet que l'on ne connaissait pas du tout. Le terme de doula ne me parlait pas, je..., je ne savais pas ce que c'était. Et du coup, on a fait nos recherches, on a lu des articles et des livres, mais aussi des mémoires. D'ailleurs en 2021, il y a un mémoire sur la professionnalisation des doulas qui a été proposé par notre professeur également donc on a pu y avoir accès, fin voilà. Donc c'est vraiment hyper intéressant de creuser sur le sujet et de se rendre compte de ce que c'est quoi. »

Enquêtée G : « Ouais, bah c'est super alors ! »

Enquêteur : « Merci beaucoup d'avoir pris le temps de..., de répondre à nos questions et puis de nous avoir aidées dans notre travail. »

Enquêtée G : « Avec plaisir. Et puis bah... j'ai transmis aussi l'info à..., aux femmes que j'accompagnais donc euh voilà. »

Enquêteur : « Alors il y a une d'entre elle qui m'a contacté et je l'ai renvoyé vers une de mes camarades pour qu'elles puissent réaliser l'entretien ensemble, car j'ai déjà 4 entretiens de prévu de mon côté, donc euh..., j'avais mon quota déjà bien rempli. Mais oui, oui du coup ça a bien fonctionné puisqu'une d'entre elles nous a contactées, donc c'est top merci beaucoup. »

H. Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée H

Enquêteur : « Euh... du coup pour la première partie, ça va être des questions personnelles. Alors, quel âge avez-vous ? »

Enquêtée H : « J'ai 30 ans. »

Enquêteur : « D'accord. Et quelle est votre situation familiale ? Est-ce que vous êtes mariée ? »

Enquêtée H : « Non, je suis en concubinage. »

Enquêteur : « Ok, très bien. Quelle est votre profession ? »

Enquêtée H : « Je suis esthéticienne et également doula. »

Enquêteur : « D'accord super et quel est le métier de votre mari ? »

Enquêtée H : « Il est responsable opérationnel dans la restauration. »

Enquêteur : Ok. Et combien avez-vous d'enfants ? »

Enquêtée H : « J'ai un enfant de 2 ans. »

Enquêteur : « D'accord et où habitez-vous ? »

Enquêtée H : « À Vertou, près de Nantes, depuis peu. Avant ça, j'habitais près de Marseille. »

Enquêteur : « Ok, super. Alors euh... comment avez-vous eu connaissance de l'existence des doulas ? »

Enquêtée H : « Donc du coup euh... c'est une cliente de l'institut qui... qui m'a dit qu'elle connaissait une doula sur les réseaux sociaux. Elle m'a expliqué en quoi ça consistait vu que je connaissais pas du tout et euh... elle m'a conseillé de la contacter. J'me suis alors abonnée à son profil sur les réseaux sociaux. Et après, du coup, je l'ai contacté pour lui demander d'être accompagnée. »

Enquêteur : « D'accord et c'était sur quels réseaux sociaux ? »

Enquêtée H : « C'était sur Instagram ! »

Enquêteur : « Ok, top ! Et du coup, c'est une doula qui est... de la région nantaise ou elle est extérieure ? »

Enquêtée H : « Non pas du tout, elle est sur Lyon. Et en fait, c'est un accompagnement assez spécifique qu'elle propose, vu qu'elle s'est spécialisée dans l'accompagnement de groupe, euh... surtout pour... ouvrir le champ des possibles au niveau de l'accouchement. Euh... un peu casser les clichés et croyances qu'on a. Et en fait euh... elle nous aide à construire notre..., notre projet de naissance, en parlant un peu de toutes les possibilités qu'il peut y avoir sur l'accouchement. Et dans cet accompagnement de groupe en fait elle..., elle crée des groupes WhatsApp, où dedans, on est une dizaine de mamans euh... à avoir à peu près le même terme... à 1 mois grand maximum près. Comme ça bah, quand on accouche et bien, on accouche à peu près en même temps, donc on se soutient et tout ça. Et... après ça fait aussi un groupe de soutien qu'on garde en post-partum. Donc là, ça fait 2 ans que j'ai accouché et ça fait 2 ans qu'on est toujours en contact avec toutes ces mamans. Y en a que 2, je... crois sur..., sur les 12, qui ont quitté le groupe. Et euh... voilà, ça permet aussi de..., d'avoir son petit village après, de mamans post-partum. On partageait souvent nos galères, nos nuits blanches... euh quand on pleurait à 2 heures du matin, bah on savait qu'on était pas toutes seules, y en avait forcément une ou deux qui étaient dans le même cas (Rire). Donc c'était vraiment assez particulier comme accompagnement, mais euh..., c'est ce que moi, en tout cas, j'avais besoin. »

Enquêteur : « Ok, bah... c'est hyper intéressant. C'est la première fois dans les entretiens que j'entends cette expérience-là donc c'est top ! Et euh... du coup, vous avez fait le choix de la doula directement ? Vous n'avez pas eu besoin d'en contacter plusieurs ? »

Enquêtée H : « Non, j'ai directement contacté celle-ci parce qu'en fait, c'est..., ça tombait pile sur mon besoin euh..., j'avais... en fait, j'avais besoin d'informations, j'avais besoin de renseignements. Et euh... j'étais vraiment en demande d'emmagasiner toutes ces connaissances et euh... en fait, ça m'a permis, en fait, de m'aiguiller sur mes recherches, euh... de poser les bonnes questions aussi aux professionnels de santé et euh... ça m'a permis d'aborder l'accouchement hyper sereinement et c'est ce qui a fait, en fait, que j'ai eu un accouchement qui n'a pas du tout ressemblé à mon projet de naissance. Mais que... au final, j'ai quand même super bien vécu et euh... je changerai rien du tout quoi, à ce qu'il s'est passé. »

Enquêteur : « D'accord. Et de base, est-ce que vous aviez des critères pour choisir votre doula ou pas du tout ? »

Enquêtée H : « Non, pas du tout, parce que bah je..., je... savais pas ce que c'était, je savais pas que ça existait. Voilà, donc moi, c'était euh... je pensais pas aussi que... que y en avait autant et je pensais pas que y'avait..., fin qu'elles accompagnaient sur autant de..., de périodes, voilà. Pour moi, en fait au final, quand on m'a parlé de la doula, bah j'me suis renseignée que... après l'avoir choisi finalement, et que quand je me suis renseignée sur le rôle de la doula. Donc euh..., donc euh... donc du coup, j'ai pas eu besoin d'avoir de critères ou de choisir quelqu'un d'autre. »

Enquêteur : « Ok, ça marche. Et vous savez si votre doula est affiliée à l'Association Doulas de France ou pas ? »

Enquêtée H : « (Blanc) Euh... il me semble qu'elle est doula de France, il me semble oui. Mais après, j'sais pas parce que... il me semble que c'est une sorte de..., d'abonnement tous les ans, car c'est payant d'être affilié aux doulas de France. Donc je sais pas après si elle a renouvelé ou pas son contrat. Mais en tout cas, quand je l'avais contacté en 2021, oui elle était doula de France. »

Enquêteur : « D'accord, super. Et du coup euh... est-ce que vous pouvez m'expliquer plus en détail quelles sont les raisons qui vont ont conduite à recourir à une doula ? »

Enquêtée H : « Euh... bah c'était vraiment pour euh..., pour répondre en fait à toutes les questions que j'avais sur l'accouchement. Et euh... c'était..., vu que je suis très dans le contrôle, j'aime bien tout préparer à l'avance, et euh... j'sais que quand ça dévie un peu bah ça m'a perturbé. Et là, je me suis dit, vu que ça..., bah c'est quelque chose que dans tous les cas, j'pourrais jamais contrôler. Bah le fait de connaître, entre guillemets, un peu tous les scénarios, de pouvoir avoir des outils qui m'aideront à m'adapter, dès qu'une situation sortira un peu du chemin que j'ai choisi entre guillemets. Bah euh... c'était hyper rassurant pour moi et euh... c'était vraiment pour ça, pour avoir une trame, toutes les infos possibles pour suivre cette trame et avoir les clés pour pouvoir réagir en cas de problème ou... en cas de situations particulières, que j'aurais pas prévu euh... à la base. »

Enquêteur : « Ok. Et du coup, avant de commencer votre accompagnement avec la doula, est-ce que vous aviez des attentes sur ce qu'elle allait vous apporter ou pas ? »

Enquêtée H : « Bah non, pas du tout, vu que... bah j'savais pas..., j'avais pas du tout l'intention d'en contacter une, vu que je... connaissais pas du tout l'existence des doulas. Et euh... c'est vraiment en discutant avec ma cliente quand je lui disais que j'apprenais plein de trucs, tout ça, et que..., que y'avaient des choses qui pouvaient peut-être un peu me stresser. Eh bien elle m'a

justement conseillé de..., de la contacter. Et au final, cette doula qu'elle avait, bah... elle répondait pile au besoin, vu qu'on avait le même avec ma cliente en fait ! Donc voilà, maintenant, si ma cliente m'en avait pas parlé, je pense que j'en aurais jamais eu connaissance ou en tout cas pas tout de suite, de l'existence des doulas quoi ! »

Enquêteur : « D'accord. Et à quel moment de votre parcours périnatal, l'accompagnement a commencé avec la doula ? »

Enquêtée H : « Alors euh... je l'ai contacté... je devais être à... hum..., bah c'est pas compliqué je travaillais toujours, donc du coup, j'étais à 3 mois de grossesse. Et euh... sachant que les rendez-vous avec elle, en fait, on avait un rendez-vous par semaine pendant 1 mois, avec elle. Et euh... c'était durant le troisième trimestre donc euh... et du coup je l'ai rencontré vraiment, en visio. On a commencé entre guillemets, fin on a commencé les rendez-vous de groupe euh... j'étais à..., à hum..., je devais être à 7 mois. Ouais, j'étais à 7 mois, c'était durant mon septième mois de grossesse, vu qu'elle anticipait quand même pas mal... de pas faire ça pendant le huitième mois, si jamais y'avait des accouchements prématurés et tout ça. Donc euh... du coup, ouais, c'était au septième mois ! »

Enquêteur : « Et ça a duré pendant combien de temps cet accompagnement ? »

Enquêtée H : « Donc bah là euh... les séances avec elle, bah... on avait une séance par semaine pendant 1 mois. Et après, elle..., elle était toujours présente sur le groupe WhatsApp en fait, donc si on avait des questions, si on avait besoin de la contacter ou quoi, elle était là. Mais sinon ça a vraiment duré que 1 mois..., au niveau de l'accompagnement. Et après, une fois qu'on a accouché, elle nous a laissé..., elle nous a laissé le groupe WhatsApp, et j'sais pas, je dirais euh... 2 mois, après qu'on a accouché, elle a quitté le groupe et elle nous a laissées qu'entre mamans ! »

Enquêteur : « D'accord, ça marche. Et du coup, c'était un accompagnement qui était exclusivement en groupe ? »

Enquêtée H : « Oui, oui, oui. C'était que des séances en groupe. Donc, en fait, à chaque fois, les rendez-vous duraient 1 heure, 1 heure et quart. Euh... on..., en fait on..., elle faisait vraiment dans l'ordre où on était dans nos rendez-vous médicaux, donc elle nous demandait comment c'était passé... bah déjà le premier rendez-vous, elle nous demandait comment s'était passé nos grossesses, nos premiers rendez-vous médicaux et tout. Et après, à partir du deuxième rendez-vous, on faisait chacune un peu le bilan sur la semaine qui s'était passée, les rendez-vous qu'on avait eu, si on avait des questions à lui poser, etc. Et elle nous donnait aussi des indications... pour construire petit à petit en fait notre projet de naissance et c'était ça jusqu'à la fin du mois d'accompagnement. »

Enquêteur : « D'accord et tout ça, ça se faisait en visio du coup, c'est ça ? Il n'y avait pas la possibilité de faire en présentiel ? »

Enquêtée H : « Ouais, c'est ça. Non, non, non. On s'est jamais vues. Elle propose exclusivement des rendez-vous en visio. »

Enquêteur : « Et du coup le fait que ça puisse se faire qu'en visio, vous en pensez quoi ? Vous en avez quel ressenti ? »

Enquêtée H : « Alors, moi ça me correspondait pour..., pour mon besoin en tout cas. Fin, je sentais pas le besoin de... rencontrer une personne, ou de faire une séance individuelle, juste en fait, pour construire mon projet de naissance. Et ce qui était bien, c'est que le fait qu'on soit en groupe, bah... c'est quand en fonction de ce que les autres mamans disaient, on pouvait aussi se donner des conseils entre nous, on pouvait aussi répondre aux interrogations, on se posait peut-être les mêmes questions, mais on y pensait pas sur le moment. Donc, bah... ça aidait forcément à un peu anticiper aussi les questionnements qu'on pouvait avoir. Donc c'était cool. Après, maintenant de mon expérience professionnelle en tant que doula, j'sais que y a d'autres choses qui peuvent pas se faire en visio. Mais moi en tout cas, sur cet accompagnement-là, c'était euh... bah ça répondait à mon besoin quoi. Donc c'était..., c'était quand même assez pratique !

Enquêteur : « Ok, ça marche. Et du coup pendant ces visios, qu'est-ce que la doula vous proposait exactement ? Est-ce que vous avez des exemples ? »

Enquêtée H : « Euh bah du coup, elle..., elle nous avait demandé, déjà soit de construire nous-même, un peu un premier plan de naissance et après, elle nous a envoyé un plan de naissance entre guillemets type. Elle nous en a envoyé deux différents, avec... les différentes choses à mettre dedans, donc ce qui concerne la salle de naissance, pendant les contractions, fin voilà. Après aussi, elle nous a donné des astuces pour gérer les contractions, donc au niveau des positions, du matériel. J'sais qu'après, elle a créé un peigne... où dessus, elle écrivait..., elle faisait graver des mantras et elle les a vendus pour gérer les contractions. Après, euh... qu'est-ce qu'on avait d'autres ? Euh... en fonction des cas de chacune, elle nous conseillait de poser certaines questions à..., à nos sage-femmes, à nos gynécos. Voilà, elle nous a aussi conseillées sur euh..., sur le choix des maternités en fonction de ce qu'on souhaitait, voilà pour être sûre que ça nous correspondait bien. Voilà tout..., tout ce côté un peu technique, concernant le jour J quoi. »

Enquêteur : « D'accord et du coup selon vous, quel a été le rôle de votre doula au cours de cet accompagnement ? »

Enquêtée H : « Euh... nous donner les clés, clairement oui, c'est nous donner les clés pour euh... le jour J être la plus sereine possible dans n'importe quelles situations. »

Enquêteur : « Ce n'était pas possible que votre doula soit là, à votre accouchement ? »

Enquêtée H : « Non, non, non. En plus, c'est pas du tout ce qu'elle faisait, donc euh... voilà, elle faisait vraiment aucun accompagnement physique pour les accouchements, que ce soit en mater, plateaux techniques, maisons de naissance ou à domicile. Elle faisait uniquement de l'accompagnement à distance et sur euh..., sur entre guillemets le complément à la préparation à l'accouchement pour le plan de naissance. »

Enquêteur : « Ok. Et du coup est-ce qu'elle a accompagné aussi votre conjoint ou c'était exclusivement pour vous ? »

Enquêtée H : « Non, juste moi ! Après, elle nous a conseillées, parce que... elle avait aussi..., on avait une plateforme en ligne qu'elle a créée avec des PDF et tout ça, comment se déroulaient les séances et tout ça, avec des vidéos aussi pour euh..., au niveau des positions et tout, pour gérer la douleur et pour tout le côté bah euh pratique pour le jour J, en fait. Elle nous a conseillé

de faire visionner les vidéos à..., à nos conjoints ou aux accompagnants, si jamais c'étaient pas les conjoints qui étaient là. Pour que... eux aussi, ils aient les clés en main. »

Enquêteur : « Ok, c'est top ! »

Enquêtée H : « Oui, c'est assez pratique (Rire). »

Enquêteur : « Est-ce que vous savez s'il existe des aides financières pour euh... recourir à une doula ? »

Enquêtée H : « Malheureusement, non, je pense pas. Après euh... ce qui peut être pratique, c'est euh... le paiement euh... par chèque CESU. Mais euh... sinon, des aides financières euh... non, y en a pas. »

Enquêteur : « D'accord. Et vous, vous aviez quelles possibilités de paiement pour régler votre doula ? »

Enquêtée H : « Euh bah, du coup, c'était bah... uniquement... par virement bancaire, fin paiement en ligne sur sa plateforme. Donc après, c'était soit PayPal, soit euh... virement direct quoi. C'était..., c'était tout en ligne donc c'était uniquement de cette manière. »

Enquêteur : « Ok. Et du coup, l'accompagnement était sous forme de pack ou c'était à la séance ? »

Enquêtée H : « Non, c'était un pack, c'était obligatoirement euh... c'étaient 4 séances sur le mois en groupe. Et ça incluait aussi toutes les..., toutes les vidéos qu'elle avait mis sur la plateforme, et les PDF, voilà ! »

Enquêteur : « Est-ce que vous vous rappelez du montant que c'était ? »

Enquêtée H : « (*Blanc*) Alors... non. Euh..., non j'me rappelle plus (Rire). Non, j'me rappelle plus. Euh... parce que... en plus, après elle a changé, elle travaille avec quelqu'un. Euh... après elle continue à faire ses accompagnements de groupe, mais c'est totalement différent. En plus, elle a augmenté ses tarifs et tout depuis ça ! »

Enquêteur : « Ce n'est pas grave, c'était juste pour avoir un ordre d'idée. »

Enquêtée H : « Euh... ça devait être de l'ordre de..., je crois que c'était dans les 80 euros, ouais, je crois. »

Enquêteur : « C'était 80 euros pour le pack des 4 séances ? »

Enquêtée H : « Euh ouais, ouais, les 4, c'était 80 euros, et après elle a vraiment augmenté et après elle est vraiment passée au-dessus de 100 euros, vu qu'elle travaille avec quelqu'un. Donc ouais, je crois que c'était de l'ordre des 80 euros le tout ! »

Enquêteur : « D'accord. Est-ce que vous étiez suivi par d'autres professionnels de santé... pendant votre parcours périnatal. »

Enquêtée H : « Alors en professionnels de santé, j'avais une sage-femme et une gynéco. Et après, à côté de ça, j'ai été suivi par une hypnothérapeute. »

Enquêteur : « Ok. Ça consistait en quoi l'accompagnement avec l'hypnothérapeute ? »

Enquêtée H : « Alors moi, c'était de l'hypnothérapie conversationnelle. Donc à la base, c'était pour..., pour parler de mon hypersensibilité, et pour régler d'autres problèmes professionnels et tout ça. Et vu que j'suis tombée enceinte pendant mon suivi, du coup euh... elle a continué de m'accompagner, bah... c'était toujours sur ce plan de..., de contrôle en fait, où il fallait bah que j'arrive à lâcher prise un peu, parce que bah la grossesse, l'accouchement, ce sont des choses qu'on ne peut absolument pas contrôler. Et euh... c'était aussi surtout, me... entre guillemets me préparer le mieux possible au post-partum, parce que j'étais euh... on va dire, du fait de mon hyper sensibilité et mon caractère, j'étais on va dire très disposée, même si c'est un peu fort comme mot, mais... (Rire), mais c'est arrivé à la dépression post-partum, voilà quoi. Donc euh... voilà, c'était..., c'était vraiment ouais de l'hypnose conversationnelle avec des..., plus des prises de conscience par rapport..., par la reformulation de ma thérapeute et tout ça, y'avait pas d'hypnose de transe. »

Enquêteur : « Vous l'avez vécu comment cet accompagnement par l'hypnothérapeute ? Comment ça s'est passé ? Et comment s'est passé l'accompagnement avec la sage-femme et la gynécologue ? »

Enquêtée H : « Euh bah super bien. Après la sage-femme, j'avais pas choisi, bah vu qu'au début, je mettais pas forcément euh... renseignée sur l'accouchement physio euh... j'avais pas forcément choisi une sage-femme qui était très portée physio, après j'ai eu de la chance j'suis tombée sur une sage-femme assez ouverte, dans un cabinet et qui faisait aussi de l'hypno natal et tout ça. Mais euh..., mais ça s'est bien passé, après c'est vrai que bon, je partageais pas trop les mêmes idées d'accouchement très physio avec ma sage-femme, parce qu'elle avait quand même mis des limites, par exemple elle était contre l'accouchement à domicile, alors que moi, je suis à fond pour ! Mais vu que je... voulais pas accoucher à domicile (Rire) elle a pas eu trop l'occasion de me montrer son point de vue (Rire). Mais voilà, elle était quand même ouverte à la salle nature et tout ça, donc elle..., elle a quand même pu bien m'accompagner et me donner d'autres conseils le jour J. Euh... gynéco top, parce que j'ai choisi ma mater, en fonction de mon projet de naissance pour le coup. Même si elle était à 1 heure de chez moi. En habitant sur Marseille, j'avais clairement une maternité à 5 minutes (Rire), mais j'ai préféré aller accoucher ailleurs, pour être sûr d'avoir ce que je voulais ! Et euh... après l'hypnothérapeute bah... forcément super bien. Ça m'a aidé sur tous les plans euh... que ce soit sur les plans pour lesquels de base je l'avais consulté, et après durant ma grossesse, ça a pu vraiment m'apaiser et me permettre aussi le jour J, voilà tout ça réuni, ça a fait que c'était top ! »

Enquêteur : « Je ne vous ai pas posé la question avant, mais euh... du coup votre plan de naissance de base, c'était quoi ? »

Enquêtée H : « Euh... accoucher sans péri, euh... avoir accès à la salle nature et puis euh... me laisser porter par le truc quoi ! Mais ça s'est pas du tout passé comme ça (Rire) ! »

Enquêteur : « Ah bon ? Ça s'est passé comment ? »

Enquêtée H : « Euh... la salle nature était prise (Rire), euh... ouais du coup, y a une maman qui est arrivée 10 minutes avant moi, et qui était du coup dans la salle. Bon après, j'avais prévu

le truc, mais euh... j'ai un vieux trauma de douleurs qui est ressorti. Parce que... en fait j'ai été opéré du dos euh... 2 ans auparavant et euh... vu que j'ai eu des contractions dans les reins et que bah... forcément sans avoir accouché, je savais pas ce que c'était une contraction. Euh... quand ça s'est déclenché dans les reins, la douleur m'a fait remonter euh... bah ma douleur en fait... que j'avais eu avant mon opération du dos. Et là, j'ai dit : « Ah ouais, mais non, ça va pas l'faire. Je vais pas réussir à me détendre ! ». Donc, suite à ça, j'ai demandé la péri tout de suite en fait, et euh... bah j'ai essayé quand même de gérer mais j'ai vite compris que ça servait à rien de lutter et que mon cerveau avait déjà bloqué le truc et que ça allait aller mieux. Et du coup, à partir du moment où j'ai pris la décision, en fait, de prendre la péri bah... tout s'est débloqué et après tout est allé très vite, en fait. Et euh... donc après ça s'est fait hyper naturellement, j'suis restée dans la salle avec la péri, bah pas très longtemps au final hein..., euh... je..., j'suis arrivée à la maternité à 15 h et ma fille est sortie à minuit et demi, mais j'aurai pu pousser à..., à 20 h. Donc euh... c'est juste qu'on a laissé faire et puis la sage-femme aussi de garde... s'occupait aussi des autres mamans, parce qu'elle a très bien vu que j'avais pas besoin d'elle (Rire). À chaque fois, elle venait et elle passait la tête à la porte et me demandait si tout allait bien. Moi, j'étais avec mon conjoint, je disais oui, oui et du coup elle me disait : « Bon bah, je reviendrais vous voir plus tard. » (Rire). Moi, j'étais tranquille dans la salle de naissance, je faisais ma petite vie et voilà, on a laissé faire le truc quoi ! »

Enquêteur : « Vous m'avez parlé à plusieurs reprises de la salle nature, qu'est-ce que s'est ? »

Enquêtée H : « Euh bah du coup... la salle nature, alors ça dépend des mater comment elles sont équipées. Mais généralement, dans une salle nature, c'est un peu la reproduction d'une chambre, un peu comme à la maison euh... c'est un peu plus cocooning que les salles de naissances classiques. Y a des lumières tamisées et surtout... y a une baignoire ! (Rire), ce qu'il y a pas dans les chambres dites classiques vu que ce sont des douches et donc ça permet d'être dans le bain et de... pour celles qui peuvent bah de gérer les contractions justement ou même d'accoucher dans l'eau. »

Enquêteur : « Ah ouais, d'accord, je ne connais pas du tout. C'est génial ! »

Enquêtée H : « Et du coup euh... ils mettent des suspensions aux murs pour qu'on puisse s'accrocher dans des positions debout, accroupie et euh... d'être accrochée et de pouvoir tirer sur les suspensions. Mais vu que j'ai pas eu la chance de l'avoir, je sais pas à quoi elle ressemblait celle de ma mater. J'sais que... y avait une baignoire, mais voilà. Moi, c'est ce que je voulais en fait, c'était la baignoire. Je voulais faire l'expérience, aussi euh... des contractions dans l'eau et vu que j'sais que... d'être dans l'eau ça calme les contractions, bah... j'me suis dit que c'est un bon moyen, moi qui adore être dans l'eau... et puis bah ... j'ai pas pu quoi (Rire) ! »

Enquêteur : « Et du coup, selon vous, qu'est-ce qu'une doula vous apporte de plus que votre famille et votre entourage au quotidien ? »

Enquêtée H : « Alors déjà euh... l'objectivité, aucune prise de position, aucun jugement. Parce que même dès fois euh... des gens de notre entourage que..., qui veulent être bienveillants et juste être à l'écoute, fin, on les connaît aussi..., on connaît les réactions et les mimiques et dans tous les cas elles peuvent pas être objectives ces personnes-là. Alors que la doula, elle va vraiment être extérieure et euh... et la doula en fait elle s'adapte à..., à notre histoire et l'accompagnement quelle est censée proposer, est vraiment un accompagnement sur mesure, en fonction de l'histoire de la personne, en fonction de la personnalité de la personne, qu'elle

accompagne une femme ou qu'elle accompagne un co-parent ou une famille entière, donc voilà. Ouais, c'est vraiment la neutralité, l'accompagnement personnalisé, bienveillant et en fait bah... elle est censée pouvoir nous aider sur tout quoi ! Et après voilà, y en a qui se spécialisent et donc on les consulte pour ces raisons-là, mais sinon, voilà, une doula elle..., elle doit pouvoir nous fournir toutes les clés dont on a besoin. »

Enquêteur : « D'accord. Et du coup est-ce que vous êtes satisfaite des services fournis... par votre doula ? »

Enquêtée H : « Ouais, ouais, ouais. Après aujourd'hui, euh... si je devais être enceinte, en laissant de côté le fait que j'suis devenue doula, donc j'ai beaucoup plus de clés et j'ai beaucoup moins besoin. Mais même quand on est doula, on a forcément besoin de..., de quelqu'un d'autre aussi, pour ce côté neutre, parce qu'on est pas neutre avec nous-même (Rire) ! Mais aujourd'hui, pour un deuxième accouchement, je pense que je..., je euh..., j'aurais plus ce même besoin, donc je consulterai pas... une doula pour ça quoi. Mais ouais, quand j'étais enceinte du coup, j'étais bien contente du coup comme c'était mon besoin, donc ça y répondait parfaitement ! »

Enquêteur : « D'accord. Et si vous avez l'occasion d'être de nouveau enceinte, est-ce que vous ferez appel à une doula pour un accompagnement différent de celui que vous a apporté votre première doula ? »

Enquêtée H : « Oui, oui. Pour le post-partum. Ouais, ouais, ça c'est sûr et certain ! Mais euh... j'sais pas exactement ce dont j'aurai besoin à ce moment-là, mais pour le post-partum, clairement ! J'ai..., j'ai tellement, fin je vais pas dire que j'ai mal vécu mon post-partum, mais j'ai fait une dépression post-partum. Donc euh..., donc que j'en refasse une ou pas, j'aurais besoin de quelqu'un ! »

Enquêteur : « Ok. Et vous savez à quoi elle a été due votre dépression post-partum ? »

Enquêtée H : « Oh oui (Rire), c'est une accumulation de plein de choses. Euh... j'ai été opéré 1 mois après mon accouchement parce que j'ai eu de grosses complications à l'allaitement, donc j'ai failli perdre mon sein, ce qui est très, très rare (Rire). Mais voilà, donc ça déjà. Plus euh... ma fille qui avait un RGO qui a été, je vais pas dire diagnostiquée tardivement, parce que... elle a été diagnostiquée à 2 mois, ce qui est quand même rapide, comparé à certains. Mais je..., j'me suis vraiment battue avec le pédiatre pour que ce diagnostic soit fait, parce que j'en étais persuadée, et que lui, il prenait le truc tranquille. Donc y a eu ça en même temps. Et euh, en fait euh... 1 mois après m'être fait opérée du sein, et bien... 1 mois après, j'me suis fait opérer de nouveau de mon dos parce que j'ai eu une récurrence, alors que ça faisait bah 2 ans que j'avais déjà été opéré. Donc j'ai eu 2 opérations à 1 mois et 2 mois post-partum, notamment la deuxième opération qui m'a obligé à être alitée pendant 1 mois et j'avais pas le droit de porter ma fille, j'avais pas le droit de m'en occuper. J'ai eu quelqu'un de ma famille à chaque fois qui s'est relayé bah... janvier, février, mars... pendant 3 mois, à la maison, donc 7 jours sur 7 et 24 heures sur 24, j'étais pas seule avec ma fille. Donc en fait la dépression post-partum, elle est arrivée au bout même de ma première opération, donc avec l'opération du sein, plus les soins que j'avis, puisque j'avais un infirmier qui venait tous les jours pour me changer les pansements et pour me changer les mèches, parce que j'avais bah... un trou dans la poitrine clairement (Rire) jusqu'au muscle (Rire). Et j'avais très mal, donc je pouvais pas m'occuper de ma fille le matin quand l'infirmier venait. Donc c'était très compliqué. Plus bah ma fille qui dormait pas, qui dormait pas bien, voilà, pendant..., pendant les deux premiers mois de sa vie. Donc euh... c'était vraiment..., c'était vraiment dur (Rire) ! »

Enquêteur : « Mais du coup, comment vous êtes sortie de cette situation ? Ça s'est fait tout seul ou vous avez demandé de l'aide ? »

Enquêtée H : « Alors non, j'ai directement pris rendez-vous avec euh... une psychiatre, ouais directement. Clairement y a un jour où j'ai pleuré toute la journée et je suis directement allé sur Doctolib et j'ai pris rendez-vous avec une psychiatre, pour la semaine suivante, donc très rapidement (Rire) ! Et euh... elle m'a tout de suite mis sous antidépresseur, et j'ai été sous antidépresseur pendant 6 mois. Mais après, j'ai eu une faible dose, on va dire que j'ai eu la plus faible dose qu'on peut avoir. Parce que... clairement la dépression post-partum était là, à cause de facteurs, en fait bien précis et extérieurs, qui faisaient que voilà..., j'avais complètement lâché le truc. Et c'était pas juste... l'accouchement et la maternité, et tout ça, et le changement de vie. C'était voilà..., c'était beaucoup à supporter, voilà autant physiquement que psychologiquement, voilà les opérations, ma fille, bah plus la maternité quoi. Donc c'était un peu trop lourd. Mais après euh... ouais 6 mois, après j'ai commencé à faire le sevrage progressif et puis voilà. »

Enquêteur : « Ah oui, ça n'a pas été simple vu ce que vous me racontez ! »

Enquêtée H : « Oui (Rire) ! »

Enquêteur : « Est-ce que vous conseilleriez cet accompagnement à votre entourage ou même à des personnes extérieures, à d'autres mamans ? »

Enquêtée H : « Ça dépend, si je... vois que ce sont des personnes qui... sont comme moi et qui ont le même besoin que moi, j'avais à ce moment-là, oui. Mais sinon non. (*Sa fille la réclame, nous avons été interrompus quelques secondes*). »

Enquêteur : « Mais du coup, en règle générale, pour les mamans qui n'ont pas le même besoin que vous, conseilleriez-vous de recourir aux services proposés par les doulas ? »

Enquêtée H : « Oui, à toutes. Même celles qui pensent ne pas en avoir besoin. Juste... ne serait-ce que pour discuter, ou même ne serait-ce que pour une séance, pour être juste sûr qu'elles en ont pas besoin. Mais ouais, ouais, ouais. »

Enquêteur : « Et du coup, est-ce que vous avez pu percevoir un écart avec les attentes que vous auriez pu avoir et ce qui s'est réellement passé durant l'accompagnement ? »

Enquêtée H : « Euh... non, parce que... au final du coup, j'avais pas projeté énormément d'attentes puisque je savais pas à quoi m'attendre, donc euh... c'était que..., que du positif et rien de..., de déçu vu que j'avais rien de spécial quoi..., fin c'est que de la découverte quoi. »

Enquêteur : « D'accord. J'ai une question concernant votre activité de doula. Depuis combien de temps êtes-vous formée ? »

Enquêtée H : « Eh bah j'ai..., euh... depuis 2022, donc ça va faire 2 ans, là. »

Enquêteur : « Ok. Et vous avez fait cette formation... par le biais de quelle école ? »

Enquêtée H : « Euh j'ai fait avec l'école Cybèle. »

Enquêteur : « Euh... comment ça s'écrit ? »

Enquêtée H : « Alors euh... C-Y-B-E-L-E. »

Enquêteur : « D'accord, merci beaucoup ! »

Enquêtée H : « C'est une école qui est canadienne et belge, et en fait, ils proposent une double certification : doula et coach périnatale. Donc, en fait, y a aussi un gros module aussi de coaching donc communication verbale, non-verbale, et tout, donc c'est hyper important. Et moi, j'ai fait la formation hybride, donc à moitié en ligne et à moitié en présentiel. Donc en fait pendant un peu plus d'une semaine, on a eu de..., des..., des cours entre guillemets en présentiel, mais c'était plus une..., une thérapie qu'autre chose (Rire), c'était assez intense, mais c'était super ! »

Enquêteur : « Ça se passait où du coup les cours en présentiel ? Est-ce que c'était à l'étranger ? Comme vous m'avez parlé que c'est une école canadienne et belge. »

Enquêtée H : « Non, elles ont fait une session, donc là euh... j'avais la chance du coup que..., qu'elles aient des amis, en fait, les formatrices ont des amis qui... ont une maison dans le sud, et elles proposaient donc une session dans le sud, euh... à côté de chez mes parents, donc euh... j'ai pu le faire. »

Enquêteur : « Ok, ah ouais, c'est génial ! »

Enquêtée H : « Oui ! »

Enquêteur : « Et donc là vous avez fini votre formation ? »

Enquêtée H : « Alors pour l'instant, elle est pas tout à fait finie. Là, il me reste juste un truc à envoyer pour que ce soit fini. Donc euh, voilà après, une fois qu'on a tout passé, on a des rapports de séances à envoyer, donc des rapports de séance écrits. Donc on peut commencer à travailler en soit en tant que doula puisque c'est une formation qui est certifiante et pas diplômante. Donc même sans... formation, on peut..., on peut être accompagnante périnatale, mais on a pas le droit par contre d'utiliser le terme doula. C'est uniquement pour celles qui ont passé une formation. Et en fait, on a des rapports de séances écrits à envoyer par rapport aux séances, avec leurs accords. Et moi, il me reste juste un rapport de séance enregistré à faire, parce que jusqu'à présent, j'ai fait que des accompagnements en visio, mais pour enregistrer, je trouvais ça euh... mieux de faire ça en présentiel, donc j'me suis dit que je le ferais, une fois que j'aurais déménagé. »

Enquêteur : « Ok, ça marche. Bah... c'est hyper intéressant, merci beaucoup. J'ai fait le tour de toutes mes questions. J'sais pas si..., si y a des choses que vous voulez détailler un peu plus ou si y a des choses comme ça qui vous viennent, dont on n'aurait pas parlé ? »

Enquêtée H : « Euh... bah non, du coup je pense qu'à chaque fois, j'ai bien détaillé (Rire) et puis y avait des questions plus globales donc ça m'a permis de bien détailler (Rire). »

I. Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée I

Enquêteur : « Alors nous pouvons commencer sur la première partie concernant la présentation de l'enquêtée. Euh... quel est votre âge ? »

Enquêtée I : « J'ai 34 ans. »

Enquêteur : « Ok très bien, votre situation familiale ? »

Enquêtée I : « Alors je suis mariée et j'ai deux enfants. »

Enquêteur : « Très bien, votre profession ? »

Enquêtée I : « Je suis infirmière puéricultrice. »

Enquêteur : « Ok super, depuis combien de temps ? »

Enquêtée I : « Je suis infirmière depuis 2013 et puéricultrice depuis 2018. »

Enquêteur : « Ok super, donc vous avez un seul enfant... »

Enquêtée I : « Non, j'ai deux enfants. »

Enquêteur : « Ok, et vous habitez où ? »

Enquêtée I : « J'habite dans le 71 donc dans, euh... Au sud de Mâcon... »

Enquêteur : « Ok super merci. Alors du coup, nous pouvons passer à la deuxième partie qui correspond aux recours aux doulas. Donc comment avez-vous eu la connaissance de l'existence des doulas ? »

Enquêtée I : « Alors en fait, quand j'étais enceinte de mon 2^{ème} enfant, j'ai appelé en fait une professeure de yoga, qui est kiné et qui m'a dit : "bah pas de soucis pour faire du yoga prénatal dans un groupe de mamans qui sont enceintes". Et par la même occasion elle m'a parlé d'un moment d'échanges entre une doula et elle et d'autres mamans et en fait ce sont des groupes qu'elles montent et donc c'est par cette occasion que j'ai pu rencontrer une doula. J'en connaissais l'existence mais disons que c'était assez flou, je ne savais pas ce que c'était vraiment une doula. Ce n'était pas vraiment clair, j'avais connaissance de leur existence, mais je savais pas exactement en quoi consistait leur travail. »

Enquêteur : « Ok très bien... »

Enquêtée I : « Et donc en fait j'ai... j'ai connu par les réseaux sociaux et par la littérature principalement leur profession mais sans connaître vraiment de quoi il s'agissait. »

Enquêteur : « Ok super, et de quelle manière avez-vous trouvé votre doula ? »

Enquêtée I : « Donc c'est pendant ces groupes d'échanges entre maman et ma kiné et de la doula qui s'appelle [Nom de la doula]. Euh... en fait on a fait un petit tour de toutes ces mamans

sur leur projet de naissance et donc moi je leur ai dit que j'accouchais chez moi de façon inopinée la nuit sur le tapis de l'entrée de la salle à manger et donc ma kiné m'a dit : “ Ecoute au lieu de faire ça tu peux aussi être un peu accompagnée ”. J'avais lancé cette idée mais on ne sait jamais ce qui peut arriver et se passer mais j'avais un peu ce souhait-là d'accoucher chez moi donc j'ai contacté ma sage-femme qui était ok pour m'accompagner dans mon projet, dans notre projet d'AAD avec mon mari et d'être assisté à domicile. Et quand ma doula, donc [Nom de la doula] as su que mon projet était d'accoucher chez moi, nous nous sommes rapprochés l'une de l'autre pour qu'elle devienne ma doula. »

Enquêteur : « Ok très bien, et... et pourquoi avoir choisi cette doula sur quels critères vous vous êtes basée ? »

Enquêtée I : « Alors en fait au niveau humain il y a vraiment quelque chose qui a marché entre nous. Euh... on avait réussi à parler de la naissance de mon premier enfant car j'avais déjà un projet d'accouchement à domicile, physiologique, qui n'a pas pu aboutir et euh... donc on est revenu sur... sur les difficultés que j'ai pu rencontrer lors de la naissance. Et voilà, je me suis livrée à elle, elle a su m'apporter des réponses qui m'ont paru être cohérentes et correctes. Donc du coup je me suis dit, c'est elle quoi, car elle a vraiment les réponses adaptées puis elle s'adapte à notre... fin en termes de physiologie... elle s'adapte aussi à moi en tant que personne. Voilà, elle m'avait proposé en fait ce style de service un peu bénévolement parce qu'elle n'avait jamais assisté à des naissances à domicile donc elle se sentait pas légitime d'être rémunérée dans un premier temps donc il y avait aussi également l'aspect financier. »

Enquêteur : « Ok très bien et... »

Enquêtée I : « Et elle me disait également que c'était chouette de m'accompagner de façon bénévole mais il fallait également que ça matche avec mon mari donc on a fait également une rencontre à la maison avec [Nom de la doula] qui est donc la doula. Nous... nous avons fait ça pour voir si cela fonctionnait aussi avec mon mari et c'est comme ça qu'on s'est dit : “Ok il y a un bon feeling entre tout le monde, donc ça roule pour nous.” »

Enquêteur : « Ah très bien et tout hasard savez-vous si elle est affiliée à l'association doulas de France ? »

Enquêtée I : « Alors je ne sais pas du tout, mais je pense que oui. »

Enquêteur : « D'accord ok, du coup votre... votre doula a également peut être un réseau social pour se faire connaître ? »

Enquêtée I : « Oui c'est ça, elle a Instagram. C'est comme ça que j'ai su votre demande de répondre à des questions car ma doula m'a contacté et j'ai pu trouver vos numéros. »

Enquêteur : « Ok top, super donc, à quel moment la doula est intervenue lors de votre de votre parcours ? »

Enquêtée I : « Alors c'est au 7^{ème} mois de grossesse c'est à partir du moment où je me suis accordée du temps pour mon bébé et pour ma grossesse. Donc voilà elle est intervenue au 7^{ème} mois. »

Enquêteur : « Ok très bien, très bien pendant combien de séances la doula vous a accompagnée ? »

Enquêtée I : « Je ne sais pas forcément mais j'y allais toutes les semaines, à partir du 7^{ème} mois. Puisqu'en fait il y avait ce groupe de mamans où l'on pouvait discuter avec [Nom de la doula] et [Nom de la kinésithérapeute] qui est la kiné spécialisée en néonatal puis après on faisait notre yoga. Donc voilà, de sûre, une fois par semaine et avec [Nom de la doula] on a vraiment renforcé ce lien toutes les 2 car moi j'avais vraiment le souhait, enfin il fallait vraiment que ça soit une personne proche de moi, pour être présente le jour de l'accouchement de mon bébé. Il fallait vraiment que j'ai confiance en la personne et que l'on ait un lien qui se crée donc après on s'est vu pas mal de fois parce qu'elle a rencontré aussi la sage-femme pour créer un lien, nous avons pris un café, un petit apéro à la maison, chez moi comme ça elle pouvait reconnaître les lieux pour le jour J. Elle est revenue encore à la maison pour savoir où je voulais me mettre et elle aussi le jour de l'accouchement de quelle manière, donc en fait, elle a vraiment investi les lieux donc on a dû se voir peut-être une dizaine de fois en... en plus des séances de groupes et à côté de ça on s'écrivait tous les jours, enfin presque tous les jours par WhatsApp, on se faisait des vocaux, on s'écrivait et on s'appelait. Peut-être pas tous les jours, car le week-end je respectais le fait qu'elle ne travaille pas, pour qu'elle puisse se reposer. »

Enquêteur : « Et du coup vous me dites qu'auparavant vous faisiez des groupes de parole, c'est ça ? »

Enquêtée I : « Oui c'est ça. »

Enquêteur : « Ok, et en quoi consistaient ces groupes de parole ? »

Enquêtée I : « Alors, chacune revient un peu sur ses accouchements précédents, son projet de naissance physio et non physio en fait il n'y avait pas que des mamans mais on pouvait parler du post-partum, de la naissance de nos aînés, comment on gère la naissance avec un premier enfant, et toi tu manges quoi, et toi tu fais comment pour ça. Et en fait, [Nom de sa doula] elle revenait sur ses choses avec nous, ça pouvait être... très bien être l'allaitement, ou bien qu'on a pas envie de regarder l'heure le jour de l'accouchement et que ça nous déstabilise, est-ce que tu veux trouver du relais pour le post-partum, la préparation de plats à mettre au congélateur en amont. En fait, ça englobait beaucoup de choses ... »

Enquêteur : « Oui je vois ça, c'est général mine de rien... »

Enquêtée I : « Oui c'est ça, on parlait de tout, c'était vraiment des sujets où nous avions besoin d'avoir des réponses, on pouvait parler d'alimentation, de sommeil c'était vraiment en fonction des besoins de chacune. »

Enquêteur : « Ok super, et vous étiez combien à peu près... combien de personnes par groupe ? »

Enquêtée I : « Oh je dirais, entre 5 et 6 personnes maximum et puis, enfin après comme ce sont des femmes enceintes, il y a souvent des absentes, car une a mal au dos, une autre vomit. Mais c'était chouette, on était toutes un peu près au même terme, on se suivait quoi »

Enquêteur : « Ok très bien. Et pour le coup, qu'est-ce que [Nom de la doula] vous a proposé pendant les séances entre vous deux ou avec votre mari ? »

Enquêtée I : « En fait, nous sommes revenus sur à peu près pour pas avoir de zones d'ombres, déjà sur la naissance de mon premier enfant, pourquoi je voulais un projet physio à ce moment-là, pourquoi ça n'a pas pu aboutir, qu'elles ont été mes peurs et mes craintes. Donc voilà, on a revu en fait tout, on a soulevé les questions de la première naissance pour pas que ce soit une entrave à la naissance de mon deuxième enfant pour respecter la physiologie. Donc moi pour le coup, j'avais des peurs, donc on est revenu sur ces peurs, de la durée du travail qui a été très longue pour le 1^{er} et pourquoi, comment faire pour que ce soit moins long. Alors bien sûr, elle ne dira jamais qu'il faut faire ci, qu'il faut faire ça, elle est toujours dans l'accompagnement, dans la bienveillance et puis elle propose, elle va donner des pistes de réflexion. Euh...c'était quoi déjà la question pardon ? »

Enquêteur : « Pendant les séances, qu'est-ce que la doula vous proposait ? »

Enquêtée I : « Ah oui... alors il y avait beaucoup de paroles, donc voilà..., nous sommes revenus sur ça, fin on a été dans le vif du sujet. C'est-à-dire, en fait..., si tu veux accoucher chez toi, il faut des bâches de protection, il faut que l'on voit ça ensemble, des langes, il faut beaucoup de matériels, elle proposait vraiment cet accompagnement-là. Elle m'a accompagné aussi, fin elle nous a fait des photos, des vidéos du jour de l'accouchement, fin on a vu ça ensemble en fait, on se disait moi je veux ça et pas ça, on a fait également des essais dans le noir pour savoir comment elle se sentait dans la pièce, fin voilà. Et en fait, elle m'a fait après en soin rebozo en post-partum. »

Enquêteur I : « Ah oui d'accord, et en quoi consistait ce soin car je ne connais pas. »

Enquêtée : « Alors, c'est un soin mexicain, ce sont des grands carrés de tissus qui servent à resserrer le corps, donc elle met pleins de tissus sur le corps et en fait elle enroule autour d'un bâton et elle tourne pour resserrer le corps et ça elle me l'a fait directement après la naissance. »

Enquêteur : « Ok super, et ça vous à apporter quelque chose de bénéfique ? »

Enquêtée I : « Oui, pour le bassin et quelque chose au niveau psychique, car ça ressert le corps et on se met vraiment dans notre bulle, on passe d'un état à un autre, c'est assez psychologique également. Voilà, elle a fait... mais elle a également fait aussi de la peinture avec le placenta... après c'est un peu perché en fait... (Rire) »

Enquêteur : « Non mais c'est très intéressant ce que vous me dites, on va pouvoir creuser. Puis on a pas mal d'entretien donc on va pouvoir les différencier avec les différentes pratiques des doulas. »

Enquêtée I : « Oui, c'est vrai que je ne raconte pas la même chose avec les personnes que j'ai en face de moi, donc euh... voilà c'est vrai que... »

Enquêteur : « Après c'est comme vous le sentez, vous êtes libre de le dire ou non ! »

Enquêtée I : « Oui, plus vous avez d'informations, plus vous pouvez avancer dans vos recherches. Alors, elle a fait également couper des petits morceaux de placenta qu'elle a mis dans des bacs à glaçons, pour ensuite faire des smoothies. »

Enquêteur : « Ok très bien et... »

Enquêtée I : « C'est un peu perché, je ne suis pas du tout comme ça... (Rire) donc pendant 1 mois j'ai consommé mon placenta tous les matins dans un smoothies parce que ça aide au niveau moral, de récupération tout ça... et c'est vrai ! »

Enquêteur : « Ok, bon bah super ! Mine de rien j'ai beaucoup de réponses différentes donc c'est top ! »

Enquêtée I : « Oui ! (Rires) »

Enquêteur : « Et les séances, elles se déroulaient chez vous ou alors au sein de chez elle ? »

Enquêtée I : « Alors j'ai jamais été en consultation chez elle, mais en revanche j'ai été dans une salle de yoga et parfois on était toutes les deux. Et comme je disais, on allait se boire un café en ville, chez moi... voilà. Ce n'était pas vraiment formel. »

Enquêteur : « Oui je vois ça, vous choisissiez en fait toutes les deux le lieu avant chaque séance. »

Enquêtée I : « Oui c'est ça. »

Enquêteur : « Quel a été le rôle de la doula au cours de votre parcours périnatal ? Qu'est-ce que cela vous a apporté ? »

Enquêtée I : « Alors, elle m'a énormément soutenu, elle m'a rassuré, elle m'a redonné confiance en moi quand je n'avais plus confiance, elle m'a aiguillé dans ce qui était possible et pas possible, elle m'a donné des connaissances en termes de droit en tant que maman. De plus, elle m'a énormément aidé sur des techniques plus naturelles aussi par rapport à mon bébé, à moi. Elle m'a beaucoup questionné, remise en question toujours dans la bienveillance mais pour pouvoir aboutir à mon projet de naissance à la maison. Mais toujours en respectant nos choix avec mon mari. »

Enquêteur : « Super, et la doula était présente à votre accouchement ? »

Enquêtée I : « Oui c'est ça »

Enquêteur : « Cela s'est bien passé ? Le contact avec elle vous a conforté dans l'idée de l'avoir à vos côtés ? »

Enquêtée I : « Alors on a eu un contact visuel car j'attendais que ma sage-femme et la doula soit là pour la naissance. Dans la tête de la femme qui est en train d'accoucher, il se passe beaucoup de choses et pour moi il me fallait ces deux personnes, des référentes pour que j'accouche. Et donc on a eu un contact quand elle est arrivée, un contact visuel quand j'étais sur le point de mourir, où je leur ai dit : "Là je vais mourir (Rires) de douleur". Elle est arrivée à ce moment-là, elle m'a fait des massages dans le dos aussi pendant mes contractions, elle m'a fait couler un bain, même si je ne l'ai pas pris, elle me donnait également à boire, c'est elle qui m'amenait des trucs, fin elle donnait à la sage-femme qui donnait à mon mari qui me donnait à moi. C'était toutes les petites mains à côté et après on a eu un contact physique lorsque mon bébé est né car mon mari a récupéré mon bébé, elle a pris la place de mon mari en me prenant les mains à ma demande pour que mon mari puisse récupérer mon bébé qui sortait. »

Enquêteur : « Ok très bien, et la doula vous a accompagné exclusivement ou bien elle était présente pour votre mari aussi ? »

Enquêtée I : « Oui, elle a été présente, on avait une conversation tous ensemble avec ma doula et ma sage-femme donc on pouvait poser des questions, souvent ça passait par mon intermédiaire, après mon mari n'avait pas trop de questions car on s'est informés également par la littérature, donc il s'était beaucoup informé. Mais également, on a été invité chez elle, et on a rencontré son mari car elle avait fait aussi un accouchement à domicile. Donc on a pu vraiment discuter, on a vraiment eu un échange ensemble. »

Enquêteur : « Ok très bien !! Autre petite question, savez-vous s'il existe des aides financières pour recourir à une doula ? »

Enquêtée I : « Il y en a ? »

Enquêteur : « Alors, on ne sait pas encore, mais c'était pour savoir si peut être vous connaissiez des aides. »

Enquêtée I : « Ah oui, à part la CAF, chacun l'utilise comme il veut, je trouve ça pertinent de l'utiliser pour cet accompagnement-là. Mais ce n'est pas une aide à proprement dit. »

Enquêteur : « Ok d'accord, à combien estimez-vous le coût de l'accompagnement ? »

Enquêtée I : « Alors comme moi c'était du bénévolat, je ne pourrais pas vous dire de somme. »

Enquêteur : « Ah oui c'est vrai, donc pour le règlement c'est pareil. »

Enquêtée I : « Oui c'est ça, pour autant le soin rebozo c'est une carte cadeau que j'ai eu. »

Enquêteur : « D'accord super, et au niveau des autres accompagnements, avez-vous été suivi par d'autres professionnels pendant de votre parcours périnatal ? »

Enquêtée I : « Alors oui, la kiné néotata, j'ai eu aussi un chiropracteur car mon bébé se présentait en siège car ça c'est une contre-indication à l'accouchement à domicile. J'ai eu aussi ma sage-femme, voilà. »

Enquêteur : « Ok très bien, et votre accompagnement dans la globalité, comment vous l'avez vécu ? »

Enquêtée I : « J'ai trop aimé, car j'ai vraiment pu prendre soin de moi, ça représente aussi un investissement de moi-même de prendre ce temps pour moi et pour mon bébé. »

Enquêteur : « D'accord, et qu'est-ce qu'une doula vous apporte de plus qu'une personne de votre entourage ? »

Enquêtée I : « En fait, mon projet étant un accouchement physio, quand je racontais aux autres que je voulais accoucher sans péridurale, ils ne comprenaient pas. Mon entourage, la plupart des gens ont accouché avec une péridurale et ce n'était pas ce que je cherchais. Je cherchais vraiment quelqu'un qui puisse me dire mais tu peux y arriver, oui ça fait mal mais parce que

c'est ça, à ce moment-là. Je cherchais une expérience en fait, un soutien, je pense qu'avant c'étaient les mères, les cousines, les tantes qui pouvaient transmettre ça, moi c'est la doula qui a pu me transmettre ça, et les gens ne comprenaient pas mon choix. Donc elle m'a vraiment apporté cet accompagnement-là, fin c'est plus qu'un accompagnement, c'est un investissement presque personnel, même si elle sait très bien faire la part des choses, mais moi je l'ai vécu comme ça. »

Enquêteur : « Ok très bien, sur le recours à l'accompagnement d'une doula, vous êtes toujours suivi peut-être ? »

Enquêtée I : « Par ma doula ? »

Enquêteur : « Oui »

Enquêtée I : « Alors non, mais on s'écrit très souvent car bien sûr c'est quelque chose qui est vraiment très important pour moi, euh... on s'écrit souvent et là j'ai créé un cercle de parole autour de la naissance donc c'était mardi dernier. Donc j'ai toujours plaisir à la voir et même si on se voit moins, elle m'a accompagné pour l'allaitement, pour moi, pour le post-partum. »

Enquêteur : « D'accord, et vous avez été entièrement satisfaite d'avoir eu recours à une doula ? »

Enquêtée I : « Ah mais oui complètement, sans elle je n'aurais pas pu faire tout ça, je n'aurais jamais pu faire tout ce que j'ai fait, je n'aurais pas eu le courage de faire un accouchement à la maison, je suis, mais plus que satisfaite. Pour moi, c'est vraiment le truc à avoir, avoir un accompagnement par une doula quand on est enceinte. »

Enquêteur : « Ok très bien, et avez-vous perçu un écart entre vos attentes et la réalité des prestations. »

Enquêtée I : « Bah je n'avais pas d'attentes, je ne savais pas ce qu'elle allait m'apporter. »

Enquêteur : « D'accord, et est-ce que vous conseillez cet accompagnement à une personne de votre entourage ? »

Enquêtée I : « Bien sûr, le suivi n'est pas pareil qu'avec une sage-femme, fin il y en a plein qui me disent, moi je n'ai pas besoin, j'ai ma sage-femme, ma kiné... mais chaque métier à ces spécificités. Je n'ai pas les mots pour dire mais la mienne est incroyable. »

Enquêteur : « Oui je comprends, referiez-vous appel à une doula pour une prochaine grossesse ? »

Enquêtée I : « Oui ! Alors on a pas de projet de 3^{ème} bébé, mais si c'était le cas, oui complètement. »

Enquêteur : « Ok bah super. Je vous remercie d'avoir répondu à toutes mes questions. Peut-être que vous avez des questions ? »

Enquêtée I : « Heu pas forcément... »

Enquêteur : « Bah merci à vous ! »

J. Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée J

Enquêteur : « Les questions sont réparties suivant plusieurs thématiques. Premièrement, la thématique de présentation de l'enquêtée. Alors quel âge avez-vous ? »

Enquêtée J : « J'ai 38 ans. »

Enquêteur : « D'accord, quelle est votre profession ? »

Enquêtée J : « Donc euh... je travaille dans la finance, ouais... euh on peut dire euh... cadre du secteur bancaire. »

Enquêteur : « D'accord, et votre mari ? »

Enquêtée J : « Mon mari est comptable. »

Enquêteur : « Ok super. Donc, vous avez plusieurs enfants ou c'est votre premier ? »

Enquêtée J : « Oui c'est ça, c'est mon premier, pour l'instant. »

Enquêteur : « D'accord et vous habitez où ? »

Enquêtée J : « Alors, euh... Veckring donc euh... dans la Moselle. »

Enquêteur : « Ok ça marche... »

Enquêtée J : « Oui dans c'est à l'Est. »

Enquêteur : « Ok super merci. Ensuite, nous allons passer sur la thématique des raisons du recours à une doula. En effet, comment avez-vous eu connaissance de l'existence des doulas ? »

Enquêtée J : « Alors en fait c'était un tout début de grossesse, je voulais voir un médecin généraliste euh... parce que j'étais très fatiguée voilà... je voulais un petit arrêt de travail pour la fin de semaine. Et il m'a, il m'a dit qu'en fait bah sa femme avait accouché quelques temps avant et qu'ils avaient eu recours à une doula et qu'ils avaient enfin, ils en avaient tiré des bénéfices. Je me suis dit, bon ça coûte rien, je vais aller voir sur Internet, et du coup en gros, j'ai regardé, s'il y avait des doulas près de chez moi et je suis tombée sur une dame qui se trouvait à proximité. Elle a en fait organisée des après-midis euh... donc en gros, euh... des rencontres de femmes enceintes autour d'un thé et la prochaine date était le lendemain, comme j'étais arrêtée, j'y suis allée et je me suis dit : "bon on va aller voir !" .»

Enquêteur : « D'accord très bien. »

Enquêtée J : « Oui du coup, ben voilà, j'ai sympathisé avec cette personne, et du coup je me suis dit bon ben pourquoi pas tenter un suivi pour la grossesse et pour le post-partum. »

Enquêteur : « Ok ça marche, du coup, sur quels critères avez-vous choisi votre doula ? »

Enquêtée J : « Il y avait beaucoup la proximité, il y en avait d'autres, après au niveau de sa démarche ça me paraît bien parce que c'est ce que je cherchais en termes de suivi. »

Enquêteur : « Très bien, du coup, vous avez eu recours à cette doula pour cette première grossesse... ? »

Enquêtée J : « Oui c'est ça. »

Enquêteur : « Quelles sont alors les raisons qui vous ont conduite à recourir à une doula ? »

Enquêtée J : « Il y en a plusieurs, je dirais que la première, c'est effectivement, bah le fait que donc, donc, c'était ma première grossesse, forcément on se pose des questions. Aussi, le fait que je suis quand même géographiquement assez éloignée de ma famille notamment et donc je me suis dit : " bon pour le post-partum peut être un petit coup de main ça pourrait être pas mal". J'avais et je me suis bien rendue compte aussi sur le début de ma grossesse, même si j'avais des cours de préparation à l'accouchement, que le suivi médical, c'était très, très, très médical et que voilà ça ne prenait pas trop en compte d'autres aspects, notamment l'aspect psychologique, l'aspect aussi physiologique. Je ne dirais même pas tellement, même si j'ai eu des cours de préparation à l'accouchement à l'hôpital, il n'y avait pas forcément d'explications sur l'anatomie, sur l'accouchement, sur voilà... Puis j'ai aussi découvert au cours de la grossesse, un peu beaucoup de choses sur l'environnement de la grossesse en général, comment ça se passait l'accouchement, et bref du coup je voulais bah voilà avoir plus de maîtrise sur mon propre parcours je dirais. »

Enquêteur : « D'accord... »

Enquêtée J : « Sauf qu'au final, ça n'a pas été possible donc voilà... mais c'était mon idée de base. »

Enquêteur : « Ah oui, donc comment cela s'est déroulé si votre idée de base n'a pas abouti ? »

Enquêtée J : « Alors, bah en fait euh... il se trouve que bébé n'a pas voulu naître la tête en bas donc c'était accouchement par siège, alors j'avais éventuellement le feu vert de l'hôpital d'accoucher par voie basse mais le 2ème truc c'est qu'il n'a pas voulu venir et en fait au terme plus deux jour, il était toujours pas là. Et donc du coup, bah il a fallu que l'on programme une césarienne. »

Enquêteur : « Ah oui d'accord, je comprends pourquoi ce n'était pas votre idée de base. Et en faisant appel à une doula, quelles attentes aviez-vous en entrant en contact avec elle au début de votre grossesse ? »

Enquêtée J : « Alors, euh une idée de réponses à mes questions on va dire de manière générale. Après, ouais peut-être aussi un peu au niveau du post-partum car je sais que parfois ça peut être compliqué. Mais de manière générale, je n'avais pas forcément d'attentes spécifiques. Après, je dirai que c'était peut-être ça, c'est aussi la rencontre avec ma doula qui a fait que... »

Enquêteur : « Ok super, et à quel moment durant le parcours périnatal, la doula est intervenue ? »

Enquêtée J : « Euh je dirais... alors l'accompagnement a commencé au deuxième mois à peu près quand j'ai rencontré ma doula et le suivi lui-même a commencé à la fin du 5^{ème} mois. »

Enquêteur : « Ok donc c'est à partir du 5^{ème} mois, que vous avez fait des ateliers, accompagnements spécifiques et personnels avec la doula... »

Enquêtée J : « Oui c'est ça, j'ai eu 4 accompagnements avant la naissance. Après le mois de l'accouchement, elle était de permanence, en gros, alors il se trouve quand Moselle, les doulas ne peuvent pas venir en salle de naissance. Bon au final j'ai eu une césarienne donc bon. Mais, elle était quand même de permanence pour répondre à mes questions et au moment de l'accouchement pour pouvoir donner des conseils, être là dans la mesure du possible. »

Enquêteur : « Ah oui donc... »

Enquêtée J : « On s'était mis d'accord sur une présence par visio lors de l'accouchement. Bon au final, voilà pareil ça ne s'est pas fait, et directement après l'accouchement, elle a aidé à la mise en place de l'allaitement. »

Enquêteur : « D'accord, et combien de séances avez-vous eu avec votre doula ? »

Enquêtée J : « Alors six au total, j'ai eu quatre séances avant la naissance et 2 après la naissance. »

Enquêteur : « Ok très bien. Et pendant le suivi, la doula vous proposait quoi comme suivi exactement ? »

Enquêtée J : « Alors on a fait des massages, mais plutôt après l'accouchement pendant les deux séances. Après, donc c'étaient des séances avant l'accouchement plus vers de la théorie. Donc que ce soit au niveau du déroulé de l'accouchement, de la physiologie, qu'est ce qui peut se passer, et notamment comment ça se passe en cas de césarienne, par exemple, si tout ne se passe pas comme on veut. Donc voilà, et euh avant l'accouchement, il y avait pas mal de théorie mais aussi sur le portage. »

Enquêteur : « Ok très bien... »

Enquêtée J : « Mais également, sur l'allaitement. Et donc après l'accouchement, elle a fait pour s'occuper de nous, des massages, elle nous a fait aussi des plats au niveau de la cuisine, elle nous a également aider à ranger la maison on va dire. Des trucs très pratiques, aussi comment faire le portage avec le bébé car ce n'est pas pareil une fois que le bébé est là (Rire). »

Enquêteur : « D'accord, parlons des séances, est-ce que celles-ci se passaient à votre domicile ? »

Enquêtée J : « Alors avant l'accouchement, c'était au domicile de la doula. Et après l'accouchement, c'était à mon domicile. »

Enquêteur : « Et pour vous, quel a été le rôle de la doula au cours de votre parcours périnatal ? »

Enquêtée J : « Bah je dirais, du conseil, beaucoup de conseils. Voilà, je dirais ça, mais aussi du soutien dans les prises de décisions que j'ai eu à prendre, notamment bah au moment de décider de faire une césarienne, voilà. »

Enquêteur : « Ok très bien, et dans votre accompagnement, la doula vous a-t-elle accompagnée exclusivement ou bien elle était également présente pour votre mari ? »

Enquêtée J : « Excusez-moi je ne vous ai pas entendu... »

Enquêteur : « Alors, est-ce que la doula était présente exclusivement à vos côtés, ou était-elle présente également pour votre mari ? »

Enquêtée J : « Oui donc euh oui... donc eu en salle d'accouchement, les doulas ne sont pas autorisés en Moselle, donc c'était mon conjoint qui était présent. Et ouais, pour les séances avec la doula, j'en ai fait quelques-unes toute seule avec la doula et quelques-unes que l'on a faites à deux. »

Enquêteur : « D'accord, peut-être qu'elle proposait quelque chose de différent pendant les séances en termes d'accompagnement ? »

Enquêtée J : « Euh... pas forcément. Après elle se rendait disponible, s'il voulait un entretien personnalisé avec elle, pour des questions. Après ce n'était pas forcément réellement différent, on a vu ensemble le portage car il voulait porter le bébé. Comment il pouvait aussi me soutenir dans mon allaitement, voilà... Aussi, un soutien, un rôle d'accompagnateur pendant l'accouchement, voilà. »

Enquêteur : « Ok très bien, nous pouvons alors partir sur une autre thématique liée au financement. Alors, avez-vous eu des aides pour recourir à une doula ? »

Enquêtée J : « Euh non non, j'ai tout financé moi-même. »

Enquêteur : « Ok et à combien estimez-vous le coût au total pour les séances ? »

Enquêtée J : « Bah alors, j'ai payé au total, c'était aux alentours de 750 euros. »

Enquêteur : « D'accord et de quelle manière avez-vous réglé les séances ? »

Enquêtée J : « Pardon, de quelle manière ... ? »

Enquêteur : « Oui, de quelle manière avez-vous réglé vos séances ? »

Enquêtée J : « J'ai fait des virements. »

Enquêteur : « Très bien. On peut passer à l'avant dernière rubrique/thématique. Sur les autres accompagnements. Avez-vous été suivie par d'autres professionnels lors de votre grossesse ? »

Enquêtée J : « Euh... donc j'ai été suivi à l'hôpital par une sage-femme, donc le suivi classique et comme j'avais un bébé en position siège, sur la fin j'ai rencontré un gynécologue aussi. Euh... après j'ai fait des séances de préparations à l'accouchement avec l'hôpital, donc avec une sage-femme. Voilà. »

Enquêteur : « Ok très bien, et comment avez-vous vécu ces accompagnements ? »

Enquêtée J : « Euh... alors je dirais que la grossesse s'est bien passée, je n'ai pas eu de souci, vraiment, aucun. Bon après je dirais que l'hôpital, c'est vraiment le suivi médical, analyse d'urine, prise de sang, résultats, comment ça se passe, si on se sent bien, etc., donc bon c'est bon ça va quoi (Rire), physiquement vous avez pris du poids ou pas trop de poids, oui c'est bon (Rire). »

Enquêteur : « (Rire) »

Enquêtée J : « C'est un peu ça quoi. Avec la doula, c'était plus, fin déjà les séances sont plus longues, c'était quand même des séances de 2 heures après c'était plus là que l'on pouvait poser toutes les questions que l'on pouvait avoir éventuellement sur l'accouchement même si j'ai quand même eu de la chance, car au niveau des séances à l'hôpital de préparation à l'accouchement avec la sage-femme (*bébé qui pleure*) ... donc qui sont remboursées par la sécurité sociale euh... en fait j'ai eu de la chance car c'était censé être des séances collectives avec d'autres mamans, mais il se trouve que j'étais toute seule. Donc j'ai quand même eu un accès à des séances d'informations qui étaient quand même assez bonnes. »

Enquêteur : « Ok, tant mieux et ... »

Enquêtée J : « Et j'ai pu poser toutes les questions que j'avais donc voilà. »

Enquêteur : « Oui, donc vous avez pu bénéficier d'un bon suivi qui était un peu plus personnalisé. »

Enquêtée J : « Oui, oui tout à fait. »

Enquêteur : « Et qu'est-ce qu'une doula vous apporte de plus que votre entourage ? »

Enquêtée J : « Qu'est-ce que vous dites ? »

Enquêteur : « Alors, qu'est-ce qu'une doula vous a apporté de plus que votre entourage ? »

Enquêtée J : « Bah je dirais quand même une connaissance de la physiologie de l'accouchement, de la philosophie de vie, de la femme qui est quand même importante. Comme je disais aussi, ma famille, mes amis, mon entourage sont quand même assez loin, donc du coup, elle, elle était à proximité, donc voilà, c'est quand même un côté pratique. Je dirais beaucoup ça, après bon il se trouve que la doula auquel j'ai eu recours a commencé des études de sage-femmes, donc elle avait quand même des connaissances au niveau médical et que je pense que toutes les doulas n'ont pas forcément, à mon avis donc voilà. »

Enquêteur : « Ok très bien, et savez-vous si votre doula est affilié à l'association Doulas de France ? »

Enquêtée J : « Euh... non il me semble pas. »

Enquêteur : « D'accord, donc en globalité, êtes-vous satisfaite des services fournis par votre doula ? »

Enquêtée J : « Franchement... oui, honnêtement, je suis contente d'avoir eu recours à l'accompagnement, ça m'a aidé et je dirais quand même, bon si je devais souligner une chose, parce que bon au final l'accouchement n'a pas eu lieu comme je le voulais, mais c'est après à la mise en place de l'allaitement, elle a su m'encourager d'une part dans ma démarche, et de deux parce que ça a été compliqué, elle a su m'orienter vers les bons professionnels pour m'aider à mettre des stratégies en place pour que ça marche. Voilà, maintenant si ça a marché c'est grâce à elle. »

Enquêteur : « Bon bah tant mieux alors, et est-ce que vous avez perçu un écart entre vos attentes et la réalité de la prestation ? »

Enquêtée J : « Alors, hum... je réfléchis, mais je pense pas réellement quoi. Le seul truc effectivement, mais ça, c'est la faute a pas de chance on va dire, c'est que l'accouchement ne s'est pas déroulé comme on aurait rêvé. »

Enquêteur : « Oui je comprends, et conseillerez-vous cet accompagnement à votre entourage ? »

Enquêtée J : « Honnêtement oui, mais je dirais à conditions d'en avoir les moyens car ce n'est pas donné à tout le monde. »

Enquêteur : « Oui effectivement, et referiez-vous appel à une doula pour une prochaine grossesse ? »

Enquêtée J : « Je ne sais pas, honnêtement, c'est à voir, peut être que oui, peut être que je me dis qu'il y a peut-être moyen déjà avec les connaissances que j'ai engrangées et le fait d'avoir plus d'assurance font que je n'éprouve pas le besoin d'avoir ce suivi. »

Enquêteur : « Ok très bien, et bien écoutez, j'ai fini de poser mes questions, mais peut être que vous en avez ? »

Enquêtée J : « Bah juste en gros, je vous ai contacté car j'ai vu votre affiche passée sur Facebook, justement par l'intermédiaire de ma doula. Voilà. C'est pour ça, donc elle m'a demandé de vous répondre car ça va peut-être permettre de faire connaître le métier de doula et comme je suis en congé parental, j'ai le temps (Rire). Donc ouais, une curiosité par rapport à votre démarche, du choix du sujet... Je suis contente si je peux vous aider à ma manière, aussi, est-il possible de me tenir au courant de ce que vous avez trouvé ? »

Enquêteur : « Oui, il n'y a pas de souci, je pourrais vous transmettre si vous le souhaitez le rendu de notre mémoire vers mi-février ? »

Enquêtée J : « Ah bah oui très bien, histoire de feuilletés, de voir car ça m'intéresse. Mais je dirais aussi quand même pour compléter, ce que je n'ai pas parlé dans les raisons pour lesquelles j'ai eu recours à une doula. »

Enquêteur : « Oui dites-moi. »

Enquêtée J : « C'est aussi de mon point de vu en tout cas, je trouve qu'au niveau de l'accompagnement de l'accouchement en France, c'est très médicalisé, et je trouve qu'en faisant appel à une doula, c'est aussi un moyen de reprendre un peu le contrôle de moi-même, de mon accouchement, même si cela avait été possible. Donc voilà, il y avait un petit peu de ça derrière ma démarche. Et je me dis que si je le fais moi, ça peut ouvrir la porte à d'autres femmes aussi, car il faut en parler. »

Enquêteur : « Ok très bien, bah écoutez merci beaucoup d'avoir répondu à mes questions. »

K. Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée K

Enquêteur : « Alors vous avez quel âge ? »

Enquêtée K : « J'ai 28 ans. »

Enquêteur : « Ok, votre situation familiale ? »

Enquêtée K : « J'ai 1 enfant de 2 ans et demi et je suis enceinte de 6 mois. »

Enquêteur : « Ok, félicitations ! »

Enquêtée K : « Merci ! (Rire) »

Enquêteur : « (Rire) euh... Quelle est votre profession ? »

Enquêtée K : « Je suis assistante dentaire. »

Enquêteur : « Et celle de votre mari ? »

Enquêtée : « Il est conducteur de travaux. »

Enquêteur : « Très bien merci, vous résidez où ? »

Enquêtée K : « À Caudan. »

Enquêteur : « Super merci. Nous pouvons continuer sur les raisons d'avoir recours à une doula. Donc comment avez-vous eu connaissance de l'existence des doulas ? »

Enquêtée K : « Alors j'ai eu connaissance avec mes copains qui m'ont offert le soin post-partum avec une doula. Ils m'ont offert ça pour mon anniversaire et pour la naissance de mon fils [Nom de l'enfant] en 2021. »

Enquêteur : « Ok très bien, et la manière de trouver cette doula c'était via vos amis ? »

Enquêtée K : « Oui exactement, et du coup c'est une doula qui est sur Quimperlé. Et je l'ai revu une deuxième fois pour un soin pour ma deuxième grossesse et je la revois au 8^{ème} mois. »

Enquêteur : « Ok très bien, et sur quels critères vous avez choisi votre doula ? »

Enquêtée K : « Alors, c'était par du bouche-à-oreille, c'était une copine qui m'a fait connaître et par la proximité comme elle habite sur Quimperlé, ce n'est pas très loin de la maison, c'est accessible. »

Enquêteur : « Vous avez eu recours à une doula pour votre première grossesse, c'est ça ? »

Enquêtée K : « Oui, alors en post-partum du coup et là pour ma petite que j'attends je l'ai fait en amont et je ferais également après en suivi post-partum. »

Enquêteur : « Ok très bien, et vous avez eu combien de séances pour votre fils lors de votre première grossesse ? »

Enquêtée K : « Alors j'ai fait un soin avec elle, une séance de 3 heures avec elle. »

Enquêteur K : « Et pour quelles raisons vous avez eu recours à une doula ? »

Enquêtée K : « Alors, parce que je cherchais autre chose que le contact de la sage-femme. Euh... déjà la sage-femme libérale c'est autre chose que l'hospitalier pour moi. Mais, elles ont des connaissances techniques et euh... bah elles manquent plus de temps et une doula ça va être plutôt quelqu'un qui va être à l'écoute, elle va être plutôt pour notre bien-être mentale et physique, elle n'a pas de plateau technique, je ne vais pas la voir parce que j'ai problème, ça va être plutôt sur un aspect psychologique, de confort, la gestion de la charge mentale ou autre. C'est pour ça que j'ai eu recours à une doula et j'ai fait un début de dépression post-partum après ma première grossesse, j'ai vu un médecin, un psy et euh... j'avais besoin d'elle en plus pour pallier ça. Pour autant, ma dépression post-partum n'était pas due en elle-même à la naissance de mon fils, mais plutôt à mon travail..., fin mon ancien travail où je ne trouvais plus la place fin... j'ai cru que c'était une dépression post-partum avec les fatigues... mais avec le recul maintenant, il fallait juste que je change de travail et ça l'a fait. »

Enquêteur : « Ok très bien, et quelles attentes aviez-vous envers la doula avant le début de l'accompagnement ? »

Enquêtée K : « Euh... quelqu'un qui m'écoute et qui me donne des idées, de par sa formation et son expérience, des idées d'axes à travailler, des choses où l'on peut travailler ensemble car je n'avais plus de recul sur moi-même. »

Enquêteur : « Ok très bien, et vous avez fait une seule séance pour votre fille que vous attendez c'est ça ? »

Enquêtée K : « Oui c'est ça, une séance pour ma fille... euh... on est en janvier, j'en ai fait une au mois de novembre et j'en fait une en février. »

Enquêteur : « Ok et les séances durent combien de temps ? »

Enquêtée K : « Alors, une séance dure 3 heures. Il y a un soin, une discussion en début de séance et on refait le point sur le soin et si j'ai déjà réfléchi, à des axes, sur des choses sur moi. »

Enquêteur : « D'accord et qu'est-ce que la doula vous a proposé pour votre fils pour le post-partum et pour votre fille ? »

Enquêtée K : « Alors pour mon fils, on a beaucoup travaillé sur le regard des gens donc elle m'a donné des axes, comment me décharger. On a revu des moments problématiques, on les a analysés, on a pris du recul là-dessus et elle m'a expliqué aussi des expériences de maman qu'elle a euh... qui sont suivies plus régulièrement car elle fait vraiment un suivi avec six rencontres, moi je ne l'ai pas fait. Et savoir son recul à elle, en tant que maman et des autres mamans et du coup c'est vrai que c'est plus facile pour moi d'en parler avec une doula même si ce n'est pas forcément professionnel, je sais que c'est confidentiel. Cela m'a permis de désengorger des situations qui restaient en moi mais que je n'avais pas envie de développer à mes proches. Le corps des professionnels de santé n'a pas le temps de prendre en charge ça et

la psy que j'ai vu euh... elle n'a pas répondu aux questions en tant que maman en fait et donc la doula répondait à ça. »

Enquêteur : « Et elle a changé de méthodologie ou de façon de faire entre le post-partum de votre première grossesse et la séance que vous avez eu pour votre deuxième grossesse ? »

Enquêtée K : « Oui, autant pour le post-partum, elle a essayé de découvrir tous les moments alors que maintenant elle est plus dans l'anticipation, on parle déjà de l'accouchement, car j'ai eu un accouchement long, j'ai mis deux jours à accoucher pour mon fils donc voilà... J'ai eu une césarienne d'urgence, je suis passée en code rouge avec un gynéco qui a mis 30 minutes à arriver et tout ça a fait que je me suis pas rendue compte et qu'elle a pu déceler ces choses. Là, on est en train de parler pour mieux préparer psychologiquement et physiquement mon deuxième accouchement par d'autres méthodes que me proposent ma sage-femme. »

Enquêteur : « Ok d'accord et les séances se passaient à domicile ? »

Enquêtée K : « Non c'est chez elle, elle a accès à son cabinet chez elle. Et j'ai eu les deux séances, celle de mon fils et celle de ma fille là-bas. »

Enquêteur : « D'accord très bien, et souhaitez-vous pour l'accouchement de votre fille, la présence de la doula ? »

Enquêtée K : « Non, par contre je veux juste mon conjoint pour l'accouchement et elle le sait, c'est pour ça que je n'ai pas pris tout le suivi, parce que je ne me vois pas avoir encore une personne extérieure en plus. »

Enquêteur : « Ok ça marche, et est-ce que la doula vous accompagne vous exclusivement ou elle est également présente pour votre mari ? »

Enquêtée K : « Exclusivement pour moi. »

Enquêteur : « Savez-vous pour quelles raisons ? »

Enquêtée K : « Alors c'est sûrement une façon de faire car elle ne m'a jamais, fin elle parle de besoin de mon conjoint mais elle ne m'a jamais proposé de séances avec mon mari, après comme je ne fais pas de séances de suivi peut être que... Mais si j'avais pris tout le suivi, elle propose des séances avec le papa, oui. Après, mon mari n'a jamais été demandeur non plus. »

Enquêteur : « Ok, savez-vous s'il existe des aides financières pour recourir à une doula ? »

Enquêtée K : « Non, je ne sais pas du tout. »

Enquêteur : « Ok (Rire), et combien avez-vous payé vos séances même si la première séance de votre fils était un bon cadeau ? »

Enquêtée K : « Alors, si c'est une séance avec soins c'est 90 euros, si c'est une séance où elle appelle ça : connexion, c'est juste parler, nous sommes à 60 euros la séance. Normalement la séance c'est 1 heure et le soin 2 heures, mais elle déborde toujours, donc j'ai déjà été jusqu'à 3 heures de séance. Et euh... le suivi pour tout l'accouchement, donc les 6 séances c'est 350 euros. »

Enquêteur : « Ok très bien, et vous choisissiez vos séances alors ? »

Enquêtée K : « Oui c'est ça, je choisis à la carte selon mes besoins. Je pense faire 2 séances avec elle avant mon accouchement, une en février et l'autre mi-avril car j'accouche en mai. »

Enquêteur : « D'accord, et de quelle manière avez-vous réglé vos séances ? »

Enquêtée K : « Alors par chèque. »

Enquêteur : « Ok très bien, donc vous étiez suivi par d'autres professionnels pour vos grossesses ? »

Enquêtée K : « Alors, première grossesse, j'étais suivie par la sage-femme de Plouay et l'hôpital et pour ma deuxième grossesse, je suis suivie toujours par la même sage-femme, pour les échographies je ne suis plus suivie à l'hôpital mais avec les sage-femmes échographes à Hennebont. Et comme j'ai eu une césarienne, je vais être suivie par un gynéco, pour le huitième et neuvième mois à l'hôpital. »

Enquêteur : « Ok très bien, et êtes-vous satisfaite de ces accompagnements ? »

Enquêtée K : « Alors, sur la sage-femme libérale oui car elle apportait ce qu'elle voulait car je n'ai pas trop préparé les choses, pour l'allaitement ou autre. L'accompagnement à l'hôpital euh... (Rire) je dirais que j'ai eu tout le temps la même sage-femme échographe, elle était très bien et un bon gynéco. Ce qui a été le plus compliqué, c'était pendant l'accouchement, avec le recul, je n'ai pas eu un bon suivi, fin pas le suivi que j'aurais souhaité. Et pour ma fille, sachant que je suis tombée enceinte très rapidement, je n'ai pas pu prendre rdv à l'hôpital, il n'avait plus de place pour l'écho de datation donc j'ai été en cabinet libéral et je suis plus que satisfaite. A l'hôpital, elle était très gentille mais c'est vrai que j'ai un autre contact avec les libéraux, elles sont dans la bienveillance et l'empathie, encore plus qu'à l'hôpital, je trouve. »

Enquêteur : « Et pour vous qu'est-ce qu'une doula vous apporte de plus que votre entourage ? »

Enquêtée K : « Justement, un avis et une vision extérieure sans jugement et euh... et vraiment neutre aussi bien sur moi. Quelquefois, elle rentre dans ma tête et elle arrive bien à me cerner et elle va dans l'anticipation de réflexions que je n'ai pas encore menées, donc elle me fait gagner du temps dans le parcours du post-partum, elle m'a fait gagner des clés auxquelles je n'avais pas du tout accès. Je ne pensais pas être perturbée à ce point-là et pourtant c'était l'une des clés qui a fait que j'avais du mal à sortir, et que je n'avais pas du tout perçu. Je voulais un avis neutre et plus psychologique et pas une personne qui est juste là pour faire son métier et qui a une licence de psy, donc voilà. »

Enquêteur : « Ok d'accord, et à tout hasard, est-ce que votre doula propose des groupes de parole ? des groupes collectifs ? »

Enquêtée K : « Alors cette doula là non, mais j'ai déjà fait un cercle de femmes avec d'autres doulas. Oui, c'est vrai, j'ai déjà fait des groupes, oui, oui. Euh... la thématique était sure... c'était un cercle de femmes euh... en fait non il n'y avait pas de thématique précise, on avait abordé pleins de choses assez diverses sur : " se connaître ". »

Enquêteur : « Ok, et c'était pour votre fils ? »

Enquêtée K : « Oui, c'est ça, c'était pendant ma grossesse de [Nom de l'enfant]. »

Enquêteur : « D'accord et pourquoi vous n'avez pas continué l'accompagnement avec cette doula ? »

Enquêtée K : « Euh... alors j'ai fait le portage bébé aussi, c'est vrai. Vous me faites penser à ça, et elle euh... fin je n'avais pas de feeling en fait avec elle. Elle proposait des choses et je voyais que je n'arrivais pas à lui dire certaines choses et du coup le cercle de femmes c'était très bien car on écrivait sur un carnet et on développait ce dont on avait envie, c'était assez intéressant. Ça m'a permis d'avoir d'autres réflexions mais elle était peut-être trop naturopathe pour moi, elle proposait un soin avec le placenta par exemple et elle m'était énormément en avant ça et c'est quelque chose que moi je ne vois pas faire, la cérémonie du placenta, ce n'est pas ce que je souhaite. De plus, elle proposait un panel de choses, d'informations et de soins qui n'étaient pas du tout en corrélation avec moi et mes envies. Donc voilà, le portage avec elle ça a été super intéressant, mais elle était pour un allaitement très long, et elle avait du mal à comprendre que moi je n'ai pas allaité, elle était un peu dans le jugement, donc je n'ai pas poursuivi avec elle. »

Enquêteur : « D'accord, et vous avez fait plusieurs ateliers c'est ça ? »

Enquêtée K : « Oui, alors j'ai fait 1 ou 2 cercles de femmes avec elle, et une session portage pour apprendre comment porter le bébé avec mon conjoint. »

Enquêteur : « Ok très bien, et au niveau tarifs, c'était les mêmes par rapport à votre doula actuelle ? »

Enquêtée K : « Alors les cercles de femmes, c'était libre donc on mettait ce qu'on voulait et le portage ça revenait à une séance classique de la doula que je vois. »

Enquêteur : « D'accord super, et vous êtes satisfaites des services fournis par votre doula actuelle ? »

Enquêtée K : « Oui, oui tout à fait. »

Enquêteur : « Et est-ce que vous avez perçu un écart entre vos attentes et la réalité des prestations ? »

Enquêtée K : « Euh oui mais positivement. Je pensais plus qu'elle allait prendre du temps mais voilà, elle a fait en plus des soins, c'est quelqu'un qui a un agenda et c'est vrai qu'elle prévoit beaucoup plus large pour qu'on ait le temps d'aller en profondeur et du coup elle va vraiment très loin dans son accompagnement, j'étais vraiment surprise car la dernière fois elle m'avait prévu encore plus de temps et j'étais invitée à un repas donc j'ai dû écourter la séance mais elle m'a expliqué que si j'avais besoin, je pouvais la contacter sans aucun souci. Elle est vraiment dans un suivi plus qu'exemplaire que je ne pensais pas du tout avoir. »

Enquêteur : « D'accord et vous conseillez cet accompagnement à une personne de votre entourage ? »

Enquêtée K : « Oui, je l'ai conseillé à des copines qui viennent de sortir d'un post-partum plus ou moins compliqué et je les ai orientées. Après la mienne est trop loin de leurs domiciles mais je leur ai dit : " n'hésitez pas à regarder " car maintenant beaucoup de doula ont des sites Internet et je pense même offrir à une de mes copines, pour son anniversaire un accompagnement car je sais qu'elle est ouverte à ça. »

Enquêteur : « Ok bah super, j'ai fini mes questions, merci beaucoup ! Vous avez peut-être des questions ? »

Enquêtée K : « Euh... juste pourquoi ce choix de mémoire ? »

Enquêteur : « Nous avons plusieurs choix de mémoire et celui sur les doulas m'intéressait le plus parmi les autres. C'est un métier que je ne connaissais pas, et comprendre pourquoi certaines femmes, ont recours à une doula pendant leur grossesse était assez intéressant. Nous sommes 4 à faire ce mémoire, et toutes nous avons choisi en premier ce sujet-là car c'est celui qui nous parlait le plus. »

Enquêtée K : « Ah oui d'accord, bah c'est très intéressant et je suis contente d'avoir pu vous aider ! »

L. Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée L

Enquêteur : « Donc du coup on peut commencer. Quel est votre âge ? »

Enquêtée L : « Euh... 29 ans (rires). »

Enquêteur : « Hum...votre situation familiale ? »

Enquêtée L : « Euh je ne travaille plus mais de base j'ai un diplôme d'État. Donc je suis ergothérapeute de base, et là je ne travaille plus avec mes enfants. »

Enquêteur : « D'accord, ok. Et votre mari ? »

Enquêtée L : « Euh... il est salarié dans une entreprise. »

Enquêteur : « D'accord. Vous avez deux enfants c'est ça ? »

Enquêtée L : « Oui, tout-à-fait. »

Enquêteur : « Et vous habitez où ? »

Enquêtée L : « En Vendée, à la Roche-Sur-Yon »

Enquêteur : « Ok, ça marche merci. Ensuite on peut continuer sur les raisons du recours à une doula. Donc comment avez-vous eu connaissance de l'existence des doulas ? »

Enquêtée L : « Hum de base moi j'ai découvert la doula par l'émission La Maison des maternelles. »

Enquêteur : « D'accord. »

Enquêtée L : « Où ils en ont parlé une fois et ça m'intéressait après avec mon premier, mais une première grossesse... une première grossesse c'est trop rapide donc on a pas pu mettre ça en place et du coup quand je suis tombée enceinte de notre deuxième on... on voulait du coup pouvoir faire intervenir une doula auprès de nous. »

Enquêteur : « D'accord, ok super. Et cette émission c'était à la télé ou... ? »

Enquêtée L : « Oui, la Maison des maternelles c'est une émission qui est sur la 2 maintenant »

Enquêteur : « D'accord. »

Enquêtée L : « Qui passe tous les matins. »

Enquêteur : « Ok, ça marche, très bien. Et du coup »

Enquêtée L : « Et ça parle de, pareil, de périnatalité, des enfants en bas âge, tout ça, donc ça... ça explore beaucoup de pistes dont les doulas. »

Enquêteur : « Super, bah merci j'étais pas au courant donc merci. Hum... donc de quelles manières avez-vous trouvé votre doula ? »

Enquêtée L : « Sur les réseaux sociaux. »

Enquêteur : « Ok, et Facebook, Instagram. Euh... YouTube peut-être ? »

Enquêtée L : « Euh...Instagram. »

Enquêteur : « Instagram, ok. Et qui vous a orienté vers cette doula alors ? Vous en avez cherché plusieurs ou bien... ? »

Enquêtée L : « Euh... non on a..., j'en ai pas cherché d'autre. Hum. Donc on l'a découvert, nous c'est [Nom de la doula] qui nous a suivi. Euh on l'a découverte par Instagram et après le feeling est passé tout de suite et la vision qu'elle avait de la périnatalité et de l'accompagnement du coup auprès des femmes et des familles en général nous a tout de suite plu, donc on en a pas cherché d'autres. »

Enquêteur : « D'accord, ok. Donc c'est sur ces critères-là, fin sur quels critères vous vous êtes basée en fait pour choisir votre doula ? »

Enquêtée L : « Euh... sur sa vision de l'accompagnement. »

Enquêteur : « Ok, très bien. Et savez-vous si elle est affiliée à l'association Doulas de France ? »

Enquêtée L : « Alors je crois, mais je ne suis pas sûre à 100 %, mais il me semble. »

Enquêteur : « D'accord, ok. Hum... donc avez-vous eu recours à une doula ? Donc pour la première grossesse vous n'avez pas eu le temps c'est ça ? Et pour la deuxième, donc quelles sont les raisons qui vous ont conduite à recourir à une doula ? »

Enquêtée L : « Hum...on voulait un accompagnement plus global de la famille... »

Enquêteur : « D'accord. »

Enquêtée L : « Et on voulait un accompagnement plus émotionnel et pas médical. »

Enquêteur : « Ok, super. Et quelles attentes aviez-vous à... à recourir à une doula avant le début de l'accompagnement ? »

Enquêtée L : « Euh... on voulait que ce soit quelqu'un qui soit là... comment dire... euh... un moment plus privilégié avec quelqu'un sur un temps un peu plus long, et quelqu'un qui nous connaisse un peu plus en profondeur. »

Enquêteur : « D'accord. »

Enquêtée L : « On voulait quelqu'un d'un peu plus intime qui nous accompagne. »

Enquêteur : « Ok, ça marche. Et du coup à quel moment de votre parcours l'accompagnement de la doula est-il intervenu ? »

Enquêtée L : « Euh...la première fois j'étais à quatre mois de grossesse. »

Enquêteur : « D'accord, ok. Et pendant combien de séances elle vous a accompagné à peu près ? »

Enquêtée L : « Euh... pendant huit séances, une séance par mois jusqu'à l'accouchement et après deux séances en post-partum. »

Enquêteur : « Ok, très bien... »

Enquêtée L : « Je crois qu'on l'a vu en fait tout le temps, on a eu une conversation avec elle et on pouvait la contacter au quotidien. »

Enquêteur : « D'accord, elle était joignable pour différentes questions ? »

Enquêtée L : « Oui. »

Enquêteur : « Ok, ça marche. Et qu'est-ce que la doula, du coup, vous a proposé en fait pendant les séances, qu'est-ce qui se passait réellement ? »

Enquêtée L : « Hum... alors c'était beaucoup, nous le choix qu'on faisait c'était beaucoup de discussions autour de... où est-ce qu'on en était... euh... suite à la grossesse. Euh... donc savoir de mois en mois, les choses où on avait avancé, le ressenti qu'on avait, du coup comment ça c'était passé. Et puis euh... ça c'était le choix qu'on faisait. Sinon, elle nous a proposé aussi de l'accompagnement avec des soins rebozo. Euh... et elle nous a montré pas mal d'exercices avec le ballon, avec le rebozo pour l'accouchement, des positions pour l'accouchement. »

Enquêteur : « Et ça correspond à quoi le soin rebozo si c'est ça ? »

Enquêtée L : « Euh... alors le rebozo c'est un tissu, euh...c'est une technique mexicaine... »

Enquêteur : « D'accord. »

Enquêtée L : « Euh... et il y a pas mal de doulas qui l'utilisent, c'est un tissu très très...très, très résistant que l'on peut utiliser pour l'accouchement et pour faire des resserrages de bassin et des massages de la maman enceinte en fait. »

Enquêteur : « Ok. »

Enquêtée L : « C'est... ça vient du Mexique et du coup il y a pas mal de doula qui les utilisent, c'est euh... une autre technique. »

Enquêteur : « D'accord, ça marche. Hum... du coup les séances, elles se passaient à votre domicile ou autre part ? »

Enquêtée L : « Euh, il y avait les deux possibilités, mais nous on avait fait le choix à domicile... elle venait... »

Enquêteur : « Donc toutes les séances se passaient à domicile c'est bien ça ? »

Enquêtée L : « Oui. »

Enquêteur : « Ok, très bien. Et est-ce que à tout hasard il y avait des séances de groupe avec d'autres mamans ou c'était vraiment personnel ?»

Enquêtée L : « Euh, alors elle en propose mais nous c'était que personnel. »

Enquêteur : « D'accord, ok. Hum... quel était le rôle du coup [Nom de la doula] au cours de votre parcours périnatal ? »

Enquêtée L : « Hum... comment décrire ça... hum... son rôle c'était vraiment un accompagnement global de la famille, que chacun trouve sa place et que..., nous aider à faire nous-même..., nous-même notre parcours, nous-même notre chemin et nous aider à prendre confiance. »

Enquêteur : « D'accord, ok... »

Enquêtée L : « Qu'on puisse aborder ouvertement toutes les questions qu'on avait sans..., sans tabou. »

Enquêteur : « Ok »

Enquêtée L : « Et du coup voilà, vraiment prendre la famille dans sa globalité pour cette nouvelle arrivée. »

Enquêteur : « Très bien, et à tout hasard, la doula était présente lors de votre accouchement ? »

Enquêtée L : « Alors non, elle le fait mais pour moi elle n'a pas eu le temps. » (Rire)

Enquêteur : « D'accord (Rire), et est-ce que la doula vous a accompagné exclusivement ou bien elle était également présente pour votre mari ? »

Enquêtée L : « Attendez, euh... je n'ai pas entendu, vous pouvez répéter ? »

Enquêteur : « Oui pas de souci, est-ce que la doula vous a accompagné exclusivement ou bien elle était également présente pour votre mari ? »

Enquêtée L : « Non, elle était également présente pour mon mari, on avait une conversation sur WhatsApp tous les deux avec elle et on en avait chacun une avec elle. »

Enquêteur : « Et... »

Enquêtée L : « Et... Ça lui est arrivé de l'interpeller pour lui parler de certaines difficultés qu'il avait dans son rôle de papa vis-à-vis de ma grossesse. Euh... elle était présente pour nous deux, ensemble et de manière individuelle. »

Enquêteur : « Ok très bien, et savez-vous si elle proposait un autre accompagnement pour votre mari, ou c'était le même que le vôtre, de l'écoute, du soutien... ? »

Enquêtée L : « Euh... oui, là sur la conversation, il parlait que tous les deux, je n'étais pas au courant et euh... elle pouvait proposer si lui en avait besoin, des moments que pour lui d'échanges, autour des difficultés autour de la grossesse et cette naissance. »

Enquêteur : « Ok très bien, Hum... connaissez-vous des aides financières pour recourir à une doula ? »

Enquêtée L : « Non. Non, malheureusement je n'en connais pas. »

Enquêteur : « D'accord, et à combien estimez-vous l'accompagnement ? »

Enquêtée L : « Euh... nous on en a eu pour 400 euros environ. »

Retour par sms le dimanche 21 janvier 2024 à 9h30 : « Mon mari m'a redonné le prix exact des séances, on était à 700 euros pour 8 séances désolé de m'être trompé »

Enquêteur : « Pour 8 séances, c'est ça ? »

Enquêtée L : « Oui c'est ça. »

Enquêteur : « D'accord, super et par quel moyen vous avez réglé vos séances ? »

Enquêtée L : « Euh... c'est à dire ? »

Enquêteur : « Par virement, espèces, chèque... ? »

Enquêtée L : « Ah oui, euh virement. »

Enquêteur : « Super merci. Alors du coup, pendant la deuxième grossesse car vous n'avez pas été accompagnée pendant votre première grossesse, étiez-vous suivie par d'autres professionnels ? »

Enquêtée L : « Euh oui, gynécologue, sage-femme. Voilà principalement. »

Enquêteur : « D'accord et comment avez-vous vécu cet accompagnement en globalité ? »

Enquêtée L : « Euh... l'accompagnement, moi je l'ai très bien vécu, fin on..., c'était essentiel, c'était vraiment ce qui nous manquait pour le premier. Euh... nous nous sommes sentis beaucoup plus accompagnés. Euh... et puis même après son arrivée, on avait anticipé pour autre chose en particulier, notamment le post-partum avec elle. Et euh... on était beaucoup plus confiants, plus sereins et elle a été vraiment d'un très grand soutien ! »

Enquêteur : « D'accord et qu'est-ce qu'une doula vous apporte de plus que votre entourage ? »

Enquêtée L : « Alors euh... la doula c'est secret. Euh... elle comprend, elle ne juge pas, et elle est là que pour nous. L'entourage c'est bien, mais leurs avis on ne les a pas forcément demandés (rire) donc euh... et puis euh... elle a un regard qui est neutre, c'est vraiment une professionnelle à part entière, mais une professionnelle intime, plus que médicale. »

Enquêteur : « D'accord et c'était ça que vous recherchiez en faisant appel à cette doula ? »

Enquêtée L : « Oui, complètement. »

Enquêteur : « D'accord super, et euh... êtes-vous satisfaite des services que vous a proposés cette doula ? »

Enquêtée L : « Oui, très, très. On garde contact actuellement et euh... et on sait que si on a besoin, elle peut nous répondre, faire des séances. Ma fille à deux mois-là, et euh... on va peut-être en reprendre mais oui, oui, nous sommes très satisfaits ! Et elle restera dans la vie de ma fille, c'est certain ! »

Enquêteur : « Super, et est-ce que vous avez perçu un écart entre vos attentes et la réalité de la prestation ? »

Enquêtée L : « Euh... oui dans le sens où je ne pensais pas qu'on aurait eu un lien aussi fort avec cette doula. Hum... elle accompagne vraiment la femme dans son intimité euh... je, je..., je me doutais bien qu'on allait parler de beaucoup de choses mais je ne pensais pas de manière aussi intime et si fluide et elle a vraiment été présente pour tout le monde. »

Enquêteur : « D'accord, donc je pense que vous conseillez cet accompagnement à votre entourage ? »

Enquêtée L : « Oui, oui (rire) par contre, il faut avoir les moyens car c'est vrai que c'est assez conséquent et il faut que ces personnes recherchent quelque chose de plus complet autre que l'accompagnement médical. »

Enquêteur : « Super et referiez-vous appel à une doula pour une prochaine grossesse ? »

Enquêtée L : « Excusez-moi, je reviens dans 2 minutes »

Enquêteur : « Pas de problème... »

Enquêtée L : « C'est bon ! »

Enquêteur : « Donc euh... referiez-vous appel à une doula pour une prochaine grossesse ? »

Enquêtée L : « Oui vraiment ! »

Enquêteur : « Ok très bien, peut-être avec moins de séances ou plus ? Vous êtes peut-être plus confiante maintenant ? »

Enquêtée L : « Alors euh oui je suis plus confiante effectivement dans mon rôle de mère et la manière que j'ai pour aborder l'accouchement. Mais je pense qu'on refera les mêmes séances car une fois par mois c'est un bon intervalle pour pouvoir discuter et avoir du temps pour soi car nous c'était une deuxième grossesse, la première on s'auto-centre sur le bébé, la deuxième on prend un peu plus le temps et savoir se poser pour prendre le temps avec son bébé ! Donc voilà. »

Enquêteur : « Ok très bien, bah je vous remercie d'avoir répondu à mes questions ! Peut-être que vous en avez ? »

Enquêtée L : « Merci à vous ! Euh... vous avez d'autres réponses également de mamans ? »

Enquêteur : « Alors oui, au début ça a été un peu compliqué via Facebook ou LinkedIn mais avec Instagram, c'est vrai qu'on a eu pas mal de réponses positives pour répondre à nos questions ! Nous avons au total 16 entretiens, donc nous avons beaucoup de réponses différentes et complémentaires et donc de matières pour pouvoir répondre à notre question de recherche qui est “ pour quelles raisons certaines femmes font-elles appel à une doula au cours de leur parcours périnatal ? ”. »

M. Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée M

Enquêteur : « Alors d'abord je vais te demander ton âge du coup ? »

Enquêtée M : « J'ai 29 ans. »

Enquêteur : « 29 ans d'accord, hum... quelle est ta situation familiale ? Est-ce-que t'es en couple ? Est-ce-que tu vis seule ? »

Enquêtée M : « Je suis en couple et je suis même mariée et j'ai une petite fille de 2 ans et demi. »

Enquêteur : « Ok, quelle est ta profession ? »

Enquêtée M : « Doula. »

Enquêteur : « Ok, donc c'est vraiment ton métier ? »

Enquêtée M : « Oui, oui oui »

Enquêteur : « Ok, t'as eu quoi comme formation pour devenir doula ? »

Enquêtée M : « J'ai fait plusieurs petites formations pour certaines choses que je propose de type les massages femmes enceintes, les massages bébés etc. Et pour la... pour le côté doula en général j'ai fait l'école quantik doula qui est une école euh québécoise. Il en existe pleins hein des formations de doulas différentes. »

Enquêteur : « D'accord, ok, du coup je repasse à tes enfants, donc tu as une fille c'est ça ? »

Enquêtée M : « Oui. »

Enquêteur : « Ok, et où est-ce-que tu habites ? »

Enquêtée M : « J'habite à Bécherelles en Bretagne dans le 35. »

Enquêteur : « D'accord, ok, alors euh du coup on va passer sur vraiment le recours aux doulas et plus précisément les raisons du recours aux doulas. Euh alors comment tu as eu connaissance de l'existence des doulas ? Avant de devenir doula peut-être je ne sais pas comment ça s'est fait. »

Enquêtée M : « Oui, oui c'était avant, c'était avant, euh, je j'ai... j'ai compris ce que c'était dans une formation que j'ai faite sur du massage. Fin, bref j'ai fait une formation de massage et... et il y avait une doula qui qui formait et j'ai compris ce qu'était ce métier à ce moment-là. »

Enquêteur : « D'accord, et du coup de quelle manière tu as trouvé ta doula ? »

Enquêtée M : « Et ben pour tout te dire je connaissais déjà un peu le milieu et je trouvais que c'était très difficile de trouver des doulas. J'habitais près de Nantes et je trouvais pas du tout simple la manière de contacter les doulas nantaises à l'époque. Et euh et j'ai cherché une doula qui était dans mon réseau à ce moment-là quoi fin que je que je connaissais plus ou moins déjà un petit peu. »

Enquêteur : « Ok, d'accord et sur quels critères tu t'es basé pour choisir cette doula ? »

Enquêtée M : « Euh sur l'expérience, je cherchais quelqu'un qui avait de l'expérience, quelqu'un qui allait m'apporter autre chose que des informations euh, fin je cherchais quelqu'un un peu à l'opposé du médical même si c'est pas la doula que moi je suis tu vois. Mais à l'époque moi je cherchais quelqu'un qui euh... qui était un peu perché parce que je voulais avoir d'autres informations que les trucs très terre à terre qu'on pouvait avoir dans le milieu médical. Et euh et pour avoir tu sais une autre vision de ce qu'est la maternité, la grossesse etc. Un peu pour faire ma petite sauce entre euh... ce qu'elle elle voit comme, comme chose et ce qu'elle me partage et ce que ma sage-femme me partageait. »

Enquêteur : « D'accord, donc du coup là pour ta première grossesse t'as eu recours à une doula, est-ce-que si jamais tu as une deuxième grossesse tu y recourras encore ou pas ? »

Enquêtée M : « Oui, mais pas pour les mêmes raisons. »

Enquêteur : « Pourquoi ? »

Enquêtée M : « La première grossesse je pense que j'avais vraiment besoin comme je te dis d'une autre vision et puis de quelqu'un qui m'apporte de la confiance et qui est toujours là dispo et tout ça. Alors que là je pense que j'aurai, j'embaucherai une doula plus pour du soutien euh, euh logistique et émotionnel surtout sur le après la naissance. »

Enquêteur : « Ok, d'accord, euh quelles ont été les raisons qui t'ont poussé à recourir à une doula ? »

Enquêtée M : « Pour avoir plus de temps, tu vois avec ma doula on avait plus de temps. Les rendez-vous duraient une heure deux heures en fonction de ce qu'on choisissait alors que les rendez-vous sage-femme ou grossesse c'est plus une demi-heure tu vois donc on pouvait s'étaler sur un sujet un peu plus longtemps. Sur les peurs que j'avais ou sur j'ai pas compris ce qu'elle m'a dit la sage-femme est-ce-que tu peux m'expliquer un peu plus ce que c'était ça. Euh et l'autre chose c'était aussi pour avoir un moment un moment précieux avec... avec euh... avec mon mec qui était là aussi. Donc moi les rendez-vous de doula que j'ai fait, je les ai fait avec mon compagnon, ce qui n'est pas toujours le cas. Là je prends ma casquette doula, c'est pas toujours le cas, moi j'ai aussi des femmes qui préfèrent être seules, c'est leur moment à elle perso tu vois. »

Enquêteur : « Ok, donc il était aussi compris dans tout l'accompagnement ? »

Enquêtée M : « Ouais, ouais. »

Enquêteur : « Ok et toi est ce qu'en tant que doula tu proposes ça aussi ? »

Enquêtée M : « C'est-à-dire que les papas soient là ? »

Enquêteur : « Oui. »

Enquêtée M : « Ouais, ouais, ouais moi c'est au choix après tu vois sur des accompagnements qui durent toute la grossesse et post-partum je... je propose très fortement qu'il y ait au moins 1 ou 2 rendez-vous avec le papa parce qu'il fait quand même parti de l'aventure. Pour les mamans qui veulent euh qui veulent pas trop je fais quand même au moins une séance avec le papa. »

Enquêteur : « D'accord et du coup les rendez-vous ils sont bien après l'accouchement aussi, sur le post-partum il y a des temps consacrés à l'accompagnement ? »

Enquêtée M : « Ouais, ouais, ouais et la doula est justement très utile en post partum parce qu'elle vient apporter un soutien comme j'te dis émotionnel logistique euh informatif aussi euh et elle va orienter vers des professionnels euh en cas de problèmes et tout ça. »

Enquêteur : « Ok et le choix du moment de l'accompagnement est-ce-que c'est par exemple la femme enceinte qui va dire j'ai envie d'un accompagnement vraiment sur ma grossesse et là vous proposez de continuer donc de l'accompagnement post-partum ou comment ça se crée ? »

Enquêtée M : « Et ben ça dépend, moi vraiment ce que je propose c'est vraiment du sur-mesure et la plupart du temps c'est vraiment ça les doulas hein. C'est tu vois il y en a qui vont vraiment avoir besoin de soutien de grossesse parce que je ne sais pas elles ont x raisons, elles ont besoin

d'informations et je ne sais quoi, et d'autres qui vivent très bien leurs grossesses mais qui ont peur du post partum et du coup qui vont nous appeler que pour le post partum. Et puis d'autres c'est tout le long. D'autres ça va être un seul rendez-vous pour un massage ou autre chose et voilà. »

Enquêteur : « Ok, ça marche, et du coup toi quelles attentes tu avais vraiment envers ta doula pendant ton accompagnement ? »

Enquêtée M : « Ouais, ben j'attendais qu'elle réponde à mes questions. Qu'elle me donne des tu sais des films, des livres, des références quoi à regarder, à fouiller pour m'informer, euh j'attendais qu'elle soit disponible si j'avais un doute une peur un truc qu'elle soit dispo tu vois sur WhatsApp pour répondre à mes questions. Voilà c'était surtout de la disponibilité, de l'information et euh et puis des références pour que moi je puisse apprendre plus. »

Enquêteur : « D'accord, à quel moment de ton parcours l'accompagnement de la doula est arrivé ? Dès le début de la grossesse ? »

Enquêtée M : « Ouais je pense euh aller 2-3ème mois quoi donc début de grossesse. »

Enquêteur : « Ok, qu'est-ce-que la doula t'a proposé ? »

Enquêtée M : « Alors moi c'étaient des rendez-vous de deux heures en général hum sur ce en gros elle partait de mes questionnements enfin de nos questionnements euh et après on créait tout sur mesure tu vois. Si, si mes peurs c'était euh mais je comprends pas j'arrive pas à comprendre comment c'est à l'intérieur de mon corps en ce moment ben elle m'expliquait ben alors tu vois ton utérus il est comme ça nananinana. En approchant de l'accouchement euh c'était plus euh mais comment mon mec peut me soutenir dans les douleurs de mes contractions donc elle me montrait des choses mais ça partait vraiment de ce que moi j'avais comme questions. »

Enquêteur : « Ok de tes craintes à toi quoi. »

Enquêtée M : « Ouais et de mes envies et de mes curiosités. »

Enquêteur : « Ok, et du coup ce qui se passait pendant vos séances en fait c'était vraiment du dialogue, de l'explication ? »

Enquêtée M : « Ouais, beaucoup de discussions, beaucoup d'écoute de sa part et puis aussi elle me montrait des mouvements. »

Enquêteur : « D'accord, quels types de mouvements ? »

Enquêtée M : « Ben des mouvements euh c'est un peu difficile à dire à l'oral mais tu sais des mouvements des positions pour l'accouchement physiologique des mouvements avec une écharpe de portage qui peut aider en fin de grossesse à soutenir le ventre qui est lourd, des points d'acupression qui peuvent aider que le papa peut faire des choses comme ça tu vois. »

Enquêteur : « Et du coup toi dans ton activité de doula tu proposes des massages ? »

Enquêtée M : « Ouais dans mon activité de doula je propose des massages femmes enceintes et puis des ateliers pour apprendre aux parents à masser leur bébé. »

Enquêteur : « D'accord, c'est intéressant (rires). »

Enquêtée M : « Je propose aussi un massage post-partum aussi que je propose j'ai oublié qui s'appelle euh tu as du peut être l'entendre, qui s'appelle le soin rebozo. »

Enquêteur : « Ah non, je ne connais pas. »

Enquêtée M : « Voilà. »

Enquêteur : « Ok, et les séances elles se passaient à ton domicile ou bien vous aviez un point de rendez-vous ou tu allais à son cabinet ? »

Enquêtée M : « Avec ma doula elle venait à mon domicile. »

Enquêteur : « D'accord, et toi ? »

Enquêtée M : « Et moi je vais au domicile aussi. »

Enquêteur : « Ok, euh, donc du coup le rôle de ta doula au cours de ton parcours ? Toi c'était vraiment un soutien... ? »

Enquêtée M : « Ouais c'était un soutien c'était une femme qui avait plus d'expériences que moi, c'était je pense moi c'était très important que... que sa la vision de qui elle était, elle m'inspirait en fait cette femme, elle m'inspirait donc j'avais envie de lui confier des trucs. C'était pas du tout la même relation qu'avec la sage-femme. C'était euh elle connaissait plus ma vie que ma sage-femme. »

Enquêteur : « Et ça, ça a été vraiment permis par le choix de cette doula et pas une autre, elle t'inspirais confiance par rapport à une autre. »

Enquêtée M : « Ouais c'est ça et je pense que je cherchais quelqu'un avec de l'expérience tu vois. C'était vraiment, fin elle, elle correspondait à ce que cherche. Et dans ma pratique de doula je le vois hein les personnes qui viennent vers moi c'est vraiment une rencontre mais c'est comme un psychologue tu vois. Toi tu vas avoir un psy ça va peut-être pas correspondre à ta copine qui va voir le même psy. C'est vraiment une doula, c'est comme n'importe qu'elle autre profession libérale il faut que ça match avec la personne parce que tu vas l'accompagner un petit bout de temps potentiellement. Et donc il va y avoir des choses intimes qui seront dites donc c'est sûr qu'il faut être à l'aise. »

Enquêteur : « Ça fait des liens quoi ? »

Enquêtée M : « Oui. »

Enquêteur : « Ok, c'est intéressant. Est-ce-que ta doula était présente au moment de l'accouchement ? »

Enquêtée M : « Non. »

Enquêteur : « Non, ok, et toi est ce qu'il y a certaine patiente qui t'ont déjà demandé d'être présente ? »

Enquêtée M : « Euh oui et ben tu vois j'étais d'astreinte sur un accouchement le mois dernier. C'est, c'est assez rare mais je suis jamais allée à un accouchement, j'ai eu des demandes mais c'était souvent un backup si le co-parent n'était pas disponible tu vois pour être sûre de ne pas être seule. »

Enquêteur : « Ah oui, ok. »

Enquêtée M : « Voilà, mais moi c'est pas ma priorité c'est plutôt d'accompagner les couples à être autonomes dans la gestion de l'accouchement plutôt que d'aller aux accouchements. »

Enquêteur : « Oui, d'accord, ça marche. »

Enquêtée M : « Mais je peux y aller à l'occasion. »

Enquêteur : « Si besoin. »

Enquêtée M : « Oui. »

Enquêteur : « D'accord, est ce que la doula t'accompagne exclusivement ou est-ce qu'elle est également présente pour ton conjoint ? »

Enquêtée M : « Dans l'accompagnement que j'ai eu avec ma doula et ben nous c'était vraiment couple quoi. Elle était là pour nos questions, on a vraiment vécu la grossesse comme une aventure à deux pour devenir trois à terme de cette aventure-là. Mais du coup cette doula elle était vraiment, elle répondait à toutes nos questions. Nous en dehors des rendez-vous on parlait, on se faisait notre petite liste de de de quoi on a envie de parler avec elle la prochaine fois donc il y avait vraiment une place importante pour le conjoint oui. »

Enquêteur : « Ok d'accord, on va passer sur un autre aspect, l'aspect plus financier. Euh d'abord est-ce qu'il y a des aides financières pour recourir à une doula ? »

Enquêtée M : « Euh non sauf en post partum ou ça peut passer par du CESU. »

Enquêteur : « Ok, ça marche. »

Enquêtée M : « Moi je le pratique pas mais y'a plusieurs doulas qui le font dès que c'est du service à domicile en post partum quoi. »

Enquêteur : « D'accord, à combien tu estimes à peu près le coût de l'accompagnement que tu as eu avec ta doula ? »

Enquêtée M : « Euh attend je fais un petit calcul, moi elle était vraiment pas cher et je m'en rend compte maintenant que je suis doula (rires). »

Enquêteur : « C'était son activité aussi à elle ? »

Enquêtée M : « Oui mais elle, elle faisait aussi des formations pour des doulas fin elle faisait d'autre chose tu vois c'était euh elle faisait de moins en moins d'accompagnement personnalisé parce qu'elle accompagnait les doulas à devenir doula. »

Enquêteur : « J'ai l'impression qu'elle t'a un peu inspiré pour devenir doula non ? »

Enquêtée M : « Hum ouais elle fait partie des personnes en tout cas de quand j'ai eu ce projet-là ouais évidemment je l'ai appelé. (Silence) Alors euh, attend je calcule. Allez, je dirais max 300 euros. »

Enquêteur : « Ok et pour une période de combien de temps ? »

Enquêtée M : « Euh sur 6 mois. Sur 6 mois avec on va dire 5 rendez-vous un truc comme ça. »

Enquêteur : « Ok ça marche et de quelle manière est-ce que tu réglais les séances ? »

Enquêtée M : « Euh en espèces je pense avec elle. Et puis si tu veux savoir moi mes clients ils règlent en espèce, en chèque et en virement bancaire en fonction de ce qu'ils veulent. »

Enquêteur : « Ok, ça marche, du coup pendant ta grossesse est-ce que t'as été suivi par d'autres professionnels ? »

Enquêtée M : « Oui une sage-femme, une sage-femme libérale et j'ai fait mes échographies chez un sage-femme échographiste. Voilà. »

Enquêteur : « Ok, et comment est-ce que tu as vécu ces accompagnements ? »

Enquêtée M : « Très bien j'étais avec des personnes géniales donc euh c'était ouais c'était super. L'échographiste était très gentil et la sage-femme libérale je l'ai choisi pour qui elle était un peu comme ma doula. Donc j'étais très bien accompagnée. Mais petite anecdote tu vois même moi qui était très renseignée quand j'ai fait mon test de grossesse je me suis dit : " Euh qu'est-ce qu'il faut que je fasse maintenant " (rires). Et je suis allée chez la médecin mon village, je venais d'arriver dans ce village et j'étais très, très mal reçue c'était la période du covid elle voulait pas que mon mec rentre dans la pièce. Et euh elle m'a fait flipper elle m'a dit euh en gros monter sur la balance tu sais que des trucs très faut pas prendre trop de kilos il faut faire ça va vous allez prendre ça et ça et ça et ça et va falloir faire telle prise de sang mais sans rien m'expliquer, je suis ressortie avec un papier énorme où je ne comprenais rien. Donc c'est la première chose que j'ai faite avec la sage-femme qui m'a accompagné c'est lui dire qu'est-ce que je fais de ça. Et elle, elle m'a tout expliqué je me suis dit : " Ok je suis avec une petite pépète". »

Enquêteur : « Ok, (rires), là c'est en lien avec ton entourage et ta famille, qu'est-ce-que la doula elle peut t'apporter en plus du soutien que tu peux avoir avec tes proches ? »

Enquêtée M : « Et ben avec ma doula je peux me plaindre de mes proches. (Rires). Non mais c'était chouette de pouvoir anticiper le post-partum en parlant à ma doula en disant j'adore ma mère par exemple mais comment je peux gérer pour qu'elle puisse venir et que ce soit agréable mais qu'en même temps elle ne prenne pas ma place. Tu vois c'était comment réfléchir à... à tout ça. Donc avec ma doula j'ai vraiment, tu vois elle est là pour moi donc on parle de de moi. »

Enquêteur : « Il n'y avait pas de filtres quoi ? »

Enquêtée M : « Ouais y'a moins de filtres et puis et puis elle est là pour t'aider à mettre des plans en place des choses en place pour que ça se passe bien pour toi, c'est toi la prio tu vois. Alors qu'évidemment quand c'est la famille t'as pleins de trucs qui rentrent en jeu. Et avec l'arrivée d'un nouveau bébé c'est un nouveau statut pour tout le monde tu vois, ben y'a la sœur

qui devient tante y'a le père qui devient grand-père fin y'a pleins de choses qui bougent dans tous les sens. Donc la doula elle sert euh c'est une petite cellule extérieure qui en prénatal donc pendant la grossesse moi elle m'a aidé à vraiment organiser ça et en post partum à pouvoir me plaindre de mais ma mère elle m'a dit ça alors qu'elle y connaît rien j'en fais quoi fin tu vois quoi vraiment redescendre dans mes émotions et puis pouvoir raconter mon accouchement sans filtres. Parce qu'elle elle va pas être choquée ou perturbée ou me juger. »

Enquêteur : « Ok, ça marche est-ce que t'es satisfaite des services qui t'ont été fournis par la doula ? »

Enquêtée M : « Ouais je suis satisfaite, oui, oui très satisfaite de ce qu'elle a apporté. »

Enquêteur : « Est-ce-que ça t'a inspiré pour toi pour ton activité ? »

Enquêtée M : « Oui elle, elle m'a inspiré, alors on n'est pas du tout les mêmes doulas, aujourd'hui je ne suis pas la même doula qu'elle parce qu'on est différente et que je ne fais pas les mêmes choses qu'elle. Mais elle m'a inspiré et sur pleins de choses hein. Ouais en fait ouais cette personne m'a vraiment inspiré, sa pratique de doula elle lui appartient moi je fais des choses différentes mais ça fait partie des personnes qui m'ont inspiré. Mais que la sage-femme qui m'a accompagné aussi tu vois même si c'est pas le même métier, sa posture m'a inspiré. »

Enquêteur : « Ok, est-ce-que y'a eu un écart entre tes attentes et ce qu'il s'est vraiment passé pendant l'accompagnement ? »

Enquêtée M : « Non parce que je pense qu'à l'époque je n'avais pas d'attente, je me disais plus ben on verra bien ce qui se passerait, j'avais pas d'attente particulière de résultats. »

Enquêteur : « Ok, est-ce-que tu conseillerais cet accompagnement à ton entourage ? même si la question est un peu biaisée par ta profession. (Rires) »

Enquêtée M : « Alors pas du tout t'imagines (rires) ouais euh oui évidemment que je le proposerais c'est très biaisé mais c'est quelque chose que je trouve que je trouve vraiment super chouette. La doula c'est un plus qui qui change vraiment, vraiment le post partum principalement tu vois d'avoir une doula pendant la grossesse pour préparer le post natal ça aide à énormément de choses. D'avoir une doula qui est dispo même le soir tu vois pour répondre à un message quand t'angoisses sur mais je ne comprends pas mon bébé il prend pas bien le sein tu vois. Ben c'est cool d'avoir quelqu'un comme ça. »

Enquêteur : « Est-ce que tes clientes elles t'expliquent pourquoi elles ont recours à tes services ? »

Enquêtée M : « Humm oui, oui, oui, ben les premiers entretiens ils servent à ça. Ouais pourquoi ils font appel à une doula. Tu veux que je t'en dise un peu plus sur les pourquoi on est venu me voir ? »

Enquêteur : « Oui si c'est possible pour toi. »

Enquêtée M : « Ouais et ben y'en a plusieurs qui sont venues soit pour un deuxième bébé enfin en tout cas y'en a plusieurs qui sont venues parce qu'elles avaient peur de la dépression post partum et d'être mal organisées en post partum. Soit parce qu'elles ont déjà eu un premier bébé et que le premier post partum était horrible donc elles ont peur et elles veulent prévoir ça. Soit parce qu'elles ont des antécédents de dépression et donc elles ont peur de retomber là-dedans

avec l'arrivée de leur bébé. Donc ça j'en ai eu plusieurs qui viennent pour vraiment préparer ça et que je vienne après en post partum les écouter et les soutenir. Ça c'est pas mal après y'en a qui veulent des infos à fonds, pleins d'infos des infos des infos et qui ne savent pas chez qui sonner donc on prend des rendez-vous et c'est qu'est-ce qui est mieux que je mange, quel complément alimentaire euh quel film je peux regarder euh est ce que j'ai le droit de faire est ce que j'ai le droit de faire ça, quel sport quel truc tu vois pleins d'infos. Est-ce que tu connais un osthéo super cool est-ce que tu connais une nutritionniste tu vois elles ont besoin d'infos et ça c'est aussi une autre sorte de population qui vient me voir des personnes premier bébé qui ont envie d'être informé. Et puis d'autres qui ont aussi des familles éloignées qui ne sont pas vraiment dispo et qui du coup veulent du soutien et d'être entouré. Soit famille éloignée soit famille avec qui elles s'entendent pas du tout tu vois. »

Enquêteur : « Ok et donc les femmes qui veulent te voir sont à proximité de ton domicile ? »

Enquêtée M : « Non je fais à 30 minutes autour de chez moi, ça m'arrive d'aller à 40-45 de temps en temps mais c'est le maximum en général 30 minutes autour de chez moi. »

Enquêteur : « Ok, mais pour te faire connaître tu utilises quoi ? »

Enquêtée M : « Ben j'ai commencé par des petits flyers dans des endroits un peu propices, j'ai appelé toutes les sage-femmes du coin, les sage-femmes libérales savent que j'existe. C'est rare qu'on m'ait envoyé des clientes grâce aux sage-femmes mais c'est arrivé. Sinon c'est Instagram la plupart du temps. »

Enquêteur : « D'accord ok et justement ces relations avec les sage-femmes ? ça se passe bien ? »

Enquêtée M : « Ouais, ça c'est une peur de beaucoup de doulas mais moi j'ai trouvé que le lien avec les sage-femmes se passe bien il y a tu vois j'ai dû appeler une quarantaine peut-être ouais une quarantaine de sage-femmes libérales il y en a qu'une qui m'a dit je suis désolée mais je ne suis pas ouverte à être en lien avec une doula donc voilà mais elle a été très polie elle n'était pas fin tu vois c'était juste elle n'était pas ouverte à ça. Et toutes les autres soit certaines n'étaient pas trop dispos parce que les sage-femmes elles travaillent beaucoup et sinon celles que j'ai rencontré trop contente de rencontrer une doula plus ou moins enjouée mais en tout cas elles étaient très, très, très sympas quoi y'avait pas de malaise particulier. »

Enquêteur : « Ben du coup la dernière question mais je te l'ai déjà posée je crois, est-ce-que tu ferais appel à une doula pour ta deuxième grossesse ? »

Enquêtée M : « Oui ce serait quelqu'un d'autre parce que ma doula en question je pense que je viendrais pas chercher les mêmes choses donc ce ne serait pas elle et puis elle habite loin maintenant mais oui évidemment que je ferais appel à une doula. »

N. Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée N

Enquêteur : « Alors d'abord je voulais savoir votre âge ? »

Enquêtée N : « J'ai 31 ans. »

Enquêteur : « 31 ans, d'accord. Votre situation familiale : vous êtes en couple vous vivez seule ? »

Enquêtée N : « Ouais je suis pacsée euh depuis euh 2 3 ans, 3 ans. »

Enquêteur : « Ok, qu'est-ce que vous faites dans la vie ? »

Enquêtée N : « Je travaille dans la fonction publique, dans une collectivité territoriale. »

Enquêteur : « D'accord laquelle ? »

Enquêtée N : « Je travaille à [ville], ça s'appelle Vendée grand littoral et en fait je m'occupe de tout ce qui est agriculture et alimentation. »

Enquêteur : « Ok et votre conjoint qu'est-ce qu'il fait ? »

Enquêtée N : « Mon conjoint est dessinateur dans un bureau d'étude dans le bâtiment. »

Enquêteur : « D'accord et vous avez combien d'enfants ? »

Enquêtée N : « On en a qu'un. »

Enquêteur : « Où est-ce-que vous habitez ? »

Enquêtée N : « En Vendée, à Sainte-Foie, très exactement un petit village à côté des Sables d'Olonne. »

Enquêteur : « Ok, du coup maintenant on va vraiment passer sur le recours aux doulas et d'abord j'aimerais savoir comment est-ce-que vous avez eu connaissance des doulas ? »

Enquêtée N : « Euh ben parce que moi j'ai un parcours euh... euh... euh de conscience féministe on va dire depuis euh depuis plusieurs années donc c'est vrai que tout ce qui tourne autour de la femme, de son corps, de sa réappropriation, moi c'est quelque chose qui euh..., que je suis et pour lequel je suis à l'écoute euh depuis longtemps et euh je pense que la première fois que j'ai entendu parler vraiment de en tout cas de cercles de femmes c'était les tentes rouges ou quelque chose qui s'appelle dans ce style là à Paris et en fait de fil en aiguille ça m'a amené vers les doulas et euh c'est vraiment comme ça que j'ai découvert euh cette euh cette profession là en fait eux. Et puis en étant en tombant enceinte j'avais ça dans le euh dans mon giron de pensée mais sans forcément me dire dès le début je vais faire appel à une doula, c'est un processus qui est venu plus tardivement. »

Enquêteur : « D'accord et comment du coup ? »

Enquêtée N : « Ben en fait j'ai contacté ma doula vers 6 7 mois de grossesse euh parce que en fait j'ai eu un parcours avec une sage-femme qui m'a pas forcément satisfait. Et avec quelqu'un

d'assez anxiogène qui m'a fait plusieurs réflexions en fait autour de la grossesse et qui m'ont assez marqué et euh j'éprouvais pas non plus de satisfaction entre guillemet des échanges que j'avais avec ma propre mère en fait en fait j'ai cherché des femmes qui pouvaient m'aider ma mère une sage-femme ma mère ça n'allait pas ma sœur ça n'allait pas mes amies qui finalement ça n'allait pas non plus parce que euh je me suis rendue compte que les expériences des femmes étaient souvent décrites à l'aulne de leurs propres expériences à elles et y'avait un peu un manque d'objectivité en fait euh et du coup quand j'ai contacté (nom de la doula) du coup la doula qui m'a accompagné je lui ai dit : « voilà je ressens les limites de l'accompagnement médical amical et familial. » J'ai besoin de cette tierce personne, de quelqu'un qui soit à la fois ma mère ma sœur mon amie ma sage-femme et rien de tout ça à la fois. Donc j'ai vraiment eu besoin de ça et c'est vraiment pour ça spécifiquement euh que je me suis tournée vers une doula et la deuxième raison qui est venue un tout petit peu après euh c'est quand j'ai commencé mes cours de préparation à l'accouchement euh au moment vraiment le cours sur le travail et le moment de l'accouchement où je me suis rendue compte en fait que ce que je projetais de mon accouchement ressemblait à un accouchement naturel. Et parce que je pose la question aux sage-femmes c'était un homme qui faisait le cours à l'hôpital et je lui disais mais attendez ça veut dire que sous péridurale on ne peut pas bouger, on ne peut pas faire si on ne peut pas faire ça. Il me disait ben non ça c'est un accouchement plutôt physiologique et je me suis dit : " Ah ben ouais en fait c'est ça que je veux". C'est ça que j'ai projeté et bon c'est vrai que ça a été aussi une manière de motiver mon choix c'est que c'était une personne qui était en capacité de m'accompagner sur ce chemin-là euh ouais c'est vraiment les deux raisons qui m'ont motivé à contacter une doula. »

Enquêteur : « D'accord, ok, et de quelle manière vous avez trouvé votre doula ? »

Enquêtée N : « Euh sur google (rires) j'ai tapé doulas Vendée, parce qu'en fait moi j'ai pas les réseaux j'ai pas du tout Instagram je ne suis pas du tout connectée en fait euh à ce genre de trucs où j'aurais pu en effet trouver ma doula. J'ai tapé doula Vendée je suis tombée sur le site [nom de la doula] ça m'a parlé j'ai pris rendez-vous et c'était parti quoi. »

Enquêteur : « Vous avez trouvé dès le premier contact quoi ? »

Enquêtée N : « Ouais, ouais, ouais puis voilà elle m'a paru, elle était très douce je me suis dit allé je vais faire confiance à cette personne là et puis c'est elle qui m'a accompagné du coup jusqu'au bout jusqu'à après même donc voilà. »

Enquêteur : « Pendant le post partum ? »

Enquêtée N : « Ouais en fait elle m'a accompagnée du 7^{ème} mois jusqu'à euh j'ai dû faire j'ai fait un soin rebozo euh à 8 semaines après mon accouchement. Et en fait on est toujours en contact car on fréquente des cercles associatifs dans lesquels on se croise donc euh on se voit toujours et on se donne régulièrement des nouvelles donc euh on a dépassé ce seuil-là de la relation un peu marchande entre guillemet de service. »

Enquêteur : « Y'a vraiment un lien entre vous qui s'est créé avec l'accompagnement qu'elle vous a proposé ? »

Enquêtée N : « Complètement ouais, ouais complètement, mais ça reste un lien qui est pas comment dire il est encore unilatéral dans le sens où moi je vais lui envoyer des photos de mon petit je vais lui donner des nouvelles, elle... elle va être quand elle me donne des nouvelles elle ne va pas rentrer dans le volet perso plus le côté pro. On est vraiment dans un échange assez

encore un peu inégal entre guillemet euh à... à ce niveau-là. Mais on s'entend très bien et y'a pas de... »

Enquêteur : « Ok, quelles étaient vos attentes au moment de cet accompagnement ? »

Enquêtée N : « Euh je crois que j'avais besoin de parler surtout, j'avais besoin de parler euh en fait on est en Vendée on est pas originaire d'ici et du coup on n'a pas de famille proche moi j'ai quelques copines mais qui où voilà j'arrivais pas à avoir ce lien un peu profond où je pouvais en fait j'avais besoin j'avais besoin de parler j'avais besoin qu'on m'écoute euh parce que et c'est bien normal quand on discute avec des copines qui ont déjà vécu ça et ben inévitablement il y a un retour d'expérience qu'on n'a pas forcément demandé alors que des, des réponses qui vont être moi je moi je ouais mais moi en fait j'ai besoin de te parler de moi et de te transmettre des sentiments sans forcément avoir la capacité à l'instant où on parle de recevoir une expérience que j'ai pas forcément envie d'entendre. Alors que là elle était vraiment j'avais vraiment besoin d'écoute et du coup elle, elle était dans l'écoute et dans la transmission d'une expérience mais plus, plus euh comment dire une expérience euh... euh universelle entre guillemet, objective. Et c'est vraiment ça que je venais chercher, cette objectivité et juste de pouvoir moi exprimer mes émotions euh sans avoir à recevoir celles de l'autre. »

Enquêteur : « Oui, je comprends, elle était vraiment dans l'écoute avec vous et vous aviez le sentiment de pouvoir dire tout ce que vous vouliez, pouvoir extérioriser vos ressentis, vos craintes... ? »

Enquêtée N : « Hyper bienveillante, hyper bienveillante et puis du coup on s'est vu une paire de fois dans son cabinet et on s'est aussi vu chez moi, on s'est vu avec mon conjoint, elle est rentrée un peu dans notre intimité en fait et euh ça a été euh ça été des moments très doux et très, très agréables à vivre parce que voilà elle est, mon conjoint était moins impliqué dans ce processus-là parce que voilà il euh... il me faisait confiance dans la manière dont je voulais vivre ma grossesse et avec qui je voulais être accompagnée euh mais voilà il a été là au moment où il fallait, où j'avais besoin qu'il entende certaines informations euh pour l'accouchement et euh il a été vraiment là. »

Enquêteur : « Impliqué dans votre accompagnement en fin de compte »

Enquêtée N : « Ouais, ouais, ouais après il m'a laissé dans des moments où j'avais besoin d'intimité féminine entre guillemet et il a été là au moment où son rôle à lui était évoqué euh notamment sur tout ce qui pouvait faire autour de cet accouchement physio. »

Enquêteur : « Ok et du coup vous avez accouché à l'hôpital ? »

Enquêtée N : « Ouais j'ai accouché à l'hôpital et j'ai pas du tout accoucher physiologiquement (rires). Ah non ça n'a pas du tout fonctionné mon histoire euh mais à minima je ne regrette pas parce que j'ai appris pleins de trucs sur la femme sur son fonctionnement sur euh... mais en fait et c'est là où moi mon histoire particulière euh a fait que j'ai un rapport à [nom de la doula] particulier c'est que mon conjoint s'est blessé en fait peu de temps avant mon accouchement et a dû se faire opérer euh le 1^{er} février et moi mon terme était le 3. Donc en fait les dernières semaines on a vécu dans une espèce d'angoisse où ben il allait partir 24 heures à l'hôpital et ces 24 heures-là qui étaient deux jours avant mon terme, tout pouvait se passer. Moi en fait j'avais la hantise d'accoucher toute seule et donc en fait euh ben j'ai demandé à [nom de la doula] si elle pouvait être disponible en hot line pour si au final ce jour-là il se passait un truc qu'à minima elle puisse m'amener à la maternité parce que j'étais toute seule quoi. Et euh et donc je pense

que c'est là qu'on a eu un lien qui a été très fort, c'est que elle..., elle... elle était euh elle était prête à quitter enfin voilà elle a été en hot line pendant 24 heures à me demander toutes les deux heures comment tu vas est ce que t'as des nouvelles est ce que c'est bon tout va bien, y'a eu ce ... et moi ça a été un soulagement, un backup d'une importance énorme parce que je savais que j'avais cette personne-là qui était formée déjà euh à m'accompagner sur le chemin où je voulais aller et qui pouvait m'accompagner à la maternité et donc j'ai pas du tout accouché physiologiquement parce que je pense que cette ces événements-là la blessure euh du coup j'ai ma mère qui a dû monter pour m'amener à euh monter pardon elle habite à Montpellier donc elle est montée (rires) en Vendée pour être là au moment où le travail allait se déclencher euh donc en fait je pense que mon corps était tellement en tension de tout ce qui c'était passé les jours et les semaines d'avant que euh j'ai juste euh ça a pas marché quoi ça a pas marché parce que j'ai euh au bout de euh au bout de 10 ou 12 heures de travail intensif j'avais pris qu'un centimètre d'ouverture de col et un moment donné il était 3h du matin j'étais fatiguée, j'ai dit : " non faut aller me chercher l'anesthésiste je peux pas ", donc voilà. Mais c'est parce que mon corps n'a pas lâché de toutes ses fonctions là et c'est pas grave au final et ça a fini par une césarienne. »

Enquêteur : « D'accord et votre conjoint était là ? »

Enquêtée N : « Mon conjoint était là, exactement. Il était là, avec une seule main mais il était là (rires). Donc voilà et puis [nom de la doula] est venue euh nous voir à la maison une première fois pour parler du post partum pour l'évoquer. On a eu besoin de euh on a eu besoin de la voir pour, pour... euh décharger un peu de ce qui c'était passé, mon post partum du coup a été pas du tout comme je l'imaginai non plus. Euh parce que du coup il a été très violent entre guillemet dans le sens où j'ai dû assumer avec mes deux mains moi qui avait deux mains euh, euh... les changes euh les bains les j'allaitais en en en même temps fin voilà ça... ça, ça été un peu un peu sportif donc c'est vrai que [nom de la doula] nous a aidé un peu à pouvoir libérer ça par la parole et elle m'a beaucoup aussi accompagné par WhatsApp en fait ou voilà quand j'avais des trop pleins de truc je lui écrivais mes angoisses ou euh elle n'avait pas forcément les réponses par exemple sur l'allaitement je sais que j'étais très stressée sur l'allaitement je lui posais pleins de questions, elle était un peu en mode en fait ben moi je ne suis pas consultante en lactation donc euh (rires) donc voilà elle me répondait dans la limite de ses compétences et elle me renvoyait euh très vite sur des euh professionnels derrière quand elle n'avait pas les réponses quoi. Voilà. »

Enquêteur : « Alors du coup elle est arrivée à peu près vers le 7ème mois c'est ça ? »

Enquêtée N : « Oui c'est ça. »

Enquêteur : « Donc c'est vraiment au cours de votre grossesse que vous vous êtes dit j'ai besoin d'avoir une doula auprès de moi ? »

Enquêtée N : « Ouais. »

Enquêteur : « Ok et à peu près sur combien de séances du coup vous l'avez vu ? »

Enquêtée N : « J'ai dû la voir peut être une fois par mois, une fois toute les trois semaines euh... parce qu'en fait on a essayé plusieurs choses plusieurs techniques on a essayé de faire de l'hypno natal euh mais j'ai pas aimé on a fait qu'une séance et euh ça m'a pas c'était pas de ça dont j'avais besoin j'avais plus besoin de transfert de connaissance euh plus pratico pratique, moi je suis très scientifique dans l'âme donc euh je suis très euh très cartésienne euh donc voilà

j'avais besoin qu'elle me dise voilà comment ça va se passer voilà comment on gère la douleur c'est quoi les mécanismes c'est quoi les, donc en fait on a plus eu des moments d'échanges que des moments d'échanges de transferts de techniques ou d'accompagnement de type hypno natal voilà on l'a fait qu'une fois. Et dans le cabinet où elle exerçait il y avait une dame qui faisait aussi du watsu je ne sais pas si ça vous parle euh et j'ai adoré et c'est elle qui m'a transféré son contact et tout donc ça cette expérience-là euh moi je la lis aussi au fait d'avoir eu une doula parce que clairement j'aurai jamais trouvé ce truc-là. Je ne savais même pas que ça existait et en fait j'ai vécu cette expérience qui est l'une des expériences les plus folles de mon existence (rires) de soins corporels. Je suis très dans le soin, moi j'ai fait du shiatsu longtemps de l'ostéo des massages, en voulez-vous en voilà euh mais le watsu ça a été incroyable parce que j'étais enceinte euh j'avais une petite personne qui était dans une petite piscine à l'intérieur de moi et moi j'étais dans une piscine à la même température avec quelqu'un qui m'a vraiment enveloppé de plein de tendresse et tout et euh ça, ça été fou et je le lie vraiment à cette expérience de doula euh... euh à ce titre-là. »

Enquêteur : « D'accord, et en fait l'accompagnement proposé par la doula a été en cohérence avec vos attentes quoi et vos souhaits ? »

Enquêtée N : « Ouais, ouais complètement, elle s'est adaptée avec beaucoup d'agilité fin vraiment elle euh elle, elle était pas figée c'est ce qu'elle m'a dit dans un dans le premier mail qu'elle m'a envoyé déjà elle me dit moi je veux qu'on échange une première fois parce que euh je crois aux, aux choix en fait aux choix de personnes qui se rencontrent et qui se choisissent donc il faut que je sente que je suis la bonne personne pour vous accompagner, que vous sentiez que je sois la bonne doula. Et elle m'a aussi dit euh... euh qu'elle ne proposait pas d'accompagnement, de séances pré déterminées mais que c'est vraiment de séance à séance qu'on déterminait nous-même en tant que femme enceinte la fréquence parce que justement avoir quelque chose de figé euh fin un accompagnement de doula ça se ressent. Euh ça se théorise pas. C'est en fonction de... si j'avais été moins stressée... plus stressée ça aurait été différent. Et elle s'est vraiment adaptée à... à, à moi, elle a été très dispo même par message des fois je m'en voulais je lui envoyais des messages le samedi le dimanche et j'étais là meeeeerde mais en fait elle c'est son travail donc euh je mais elle me répondait toujours donc c'était vraiment c'était vraiment très chouette de ce point de vue-là. »

Enquêteur : « En fait pour vous ça a vraiment été de la communication, pouvoir échanger, qu'elle vous rassure... ? »

Enquêtée N : « Même limite des cours en fait, des cours d'accouchement physiologique. »

Enquêteur : « Oui parce que c'était vraiment ce que vous attendiez aussi quoi. »

Enquêtée N : « Ouais. »

Enquêteur : « Et est-ce que vous savez ce qu'elle aurait pu vous proposer d'autre la doula ? Qu'elle ne vous a pas proposé mais qu'elle aurait pu. »

Enquêtée N : « Ben elle faisait ces accompagnements-là d'hypno natal euh de le rebozo qu'elle m'a fait un peu avant l'accouchement et puis après. Euh non je pense que j'ai un peu en tout cas de ce qu'elle proposait en tout cas à l'époque je pense qu'elle a étoffé peut-être un peu plus son ce qu'elle proposait aussi c'était des repas elle cuisinait des repas en post partum pour quand euh pour les femmes elle avait un passé de cuisinière traiteur je crois et elle proposait de faire des repas choses à laquelle j'ai pas nous on a pas forcément adhéré parce qu'on n'avait juste

pas les moyens de se payer ça. J'en aurai eu besoin parce que c'était que mes mains à moi qui pouvait faire à manger vu que mon conjoint été blessé mais euh en terme financier, ça reste un accompagnement qui est cher. C'est clair qu'entre nous euh avoir recours à une doula ce sont des pratiques et des de catégories socioprofessionnelles supérieures, aisées en fait de gens qui ont les moyens ou qui font ce choix-là de mettre autant d'argent dans un accompagnement fin y'en a pleins fin la majorité des femmes n'ont juste pas les moyens en fait de se payer ça. »

Enquêteur : « Ben justement y'avait une petite partie là-dessus, est ce que vous seriez capable d'estimer à peu près le coût de l'accompagnement ? »

Enquêtée N : « Alors c'était je crois 50 euros par séance plus euh le soin rebozo de post partum c'est mon conjoint qui me l'a offert parce qu'il m'a dit t'es devenue mère ça a été suffisamment difficile je t'offre le truc mais ça a coûté entre 350 et 450 euros pour un accompagnement qui avait commencé au 7ème mois de grossesse. Donc ça reste un coût qui est pas négligeable mais qui moi j'ai fait beaucoup de psychothérapie ben 50 euros c'est le tarif quoi en fait. Ben en fait aussi parce que moi j'ai fait le choix de mettre de l'argent là-dedans qu'on va pas se mentir j'avais les moyens de mettre de l'argent là-dedans euh mais après c'est, c'est pour le coup c'est à la fois les moyens et à la fois le choix personnel que j'ai voilà. »

Enquêteur : « Tout à fait, et est-ce que vous savez s'il existe des aides financières pour recourir à une doula ? »

Enquêtée N : « Alors à ma connaissance non parce que c'est pas conventionnel en fait c'est pas du tout de la médecine donc en fait et c'est même pas par exemple un psy ça peut être remboursé par sa mutuelle mais une doula c'est vraiment... justement c'est je pense considéré comme on est en train de se le dire là le nec plus ultra de l'accompagnement à la parentalité et c'est vraiment c'est du luxe, en vrai, l'accompagnement par une doula. »

Enquêteur : « Ok d'accord, alors, alors à peu près ça représente combien de séances sans parler des contacts téléphoniques ? »

Enquêtée N : « Ben moi je pense que j'ai fait en tout, 6-7 séances peut-être. »

Enquêteur : « Ok, donc elles se passaient soit à votre domicile où là la doula venait soit à son cabinet ? »

Enquêtée N : « Ouais exactement. »

Enquêteur : « Ok. »

Enquêtée N : « Exactement et on en a fait peut-être deux ou trois euh à deux avec mon conjoint euh et j'en ai fait euh peut-être 3 3 4 seule. »

Enquêteur : « Ok et euh j'imagine que vous avez eu un retour de votre conjoint sur les séances que vous avez eu avec la doula ? Qu'est-ce qu'il en disait ? »

Enquêtée N : « Ben il trouvait ça très intéressant après euh je crois qu'il a eu du mal au début à comprendre un peu sa place euh en tout cas pas dans l'accouchement je ne suis pas en train de dire ça mais en tout cas sa place dans ce processus là où il y avait l'impression un peu d'être un pas impudique mais presque, d'être au milieu d'une discussion qui le concernait pas forcément de trop euh et lui il a pas été très proactif euh plus il a suivi mon mouvement à moi dans le sens où il m'a toujours dit c'est toi qui donne le tempo si t'as envie de faire ça on fait

ça fin voilà il a tenté de ne pas m'influencer en tout cas de trop euh sur les choix ou non d'accouchement en sachant que maintenant avec l'expérience je me rend compte qu'on ne choisit pas son accouchement on le vit et puis on le vit comme on peut. Et voilà la doula amène cette connaissance en tout cas moi ce que j'ai, alors, apprécié et à la fois non c'est très ambivalent. C'est que euh comme j'ai eu accès à pleins d'informations sur comment aller se passer mon accouchement, sur toutes les étapes qui pouvaient m'être proposées : percer la poche des eaux, mettre de l'ocytocine euh fin toutes ces choses-là, euh... qui d'après ce que j'ai lu d'après mes discussions n'étaient pas forcément naturels entre guillemet étaient pas forcément dans l'ordre des choses d'un accouchement physiologique quand du coup on est amené à les subir ces gestes-là moi ça m'a un peu ça m'a fait monter des pics de stress pendant mon accouchement vraiment très fort. C'est-à-dire que par exemple renoncer entre guillemet et demander la péridurale ben ça a été un pic de stress hyper fort parce que je renonçais à tout mon projet. Après ben la poche des eaux faudrait la percer, je savais que c'était pas l'idéal je ne me souvenais plus pourquoi j'étais hyper stressée. Il a fallu mettre de l'ocytocine euh pareil ça m'a fait monter de l'angoisse parce que je savais que c'était pas le ... et en fait d'avoir déconstruit tous ces gestes médicaux quand on est contraint à un moment donné de les faire parce que ça fait 18 h qu'on est en train d'accoucher que ça marche pas que ça n'avance pas et qu'à un moment donné faut accélérer le processus aussi euh ben moi ça m'a mis dans une posture où ben j'étais pas mal angoissée en fait parce que comme si je faisais pas ce qui était bon pour mon enfant pour mon accouchement. Mais parce que de de moi je voulais pleins d'infos pleins d'infos mais de trop d'infos, etc. »

Enquêteur : « Oui ça a fait l'effet inverse un petit peu. »

Enquêtée N : « Exactement. Mais après ça c'est pas lié à la doula, c'est lié à moi, mon traitement de l'information et mon intégration de l'information et de ce que ça génère en moi comme angoisse en fait. »

Enquêteur : « Ben oui c'est sûr, c'est toute une gestion d'émotion sur le moment quoi. »

Enquêtée N : « Qui n'est pas toujours facile. »

Enquêteur : « J'imagine ! Et du coup votre doula n'était pas là au moment de l'accouchement ? »

Enquêtée N : « Non parce que du coup euh... euh c'est payant déjà premièrement et puis voilà il y avait (nom de conjoint) qui était là. Et puis j'avais envie de vivre ça avec lui et sans forcément et puis je suis pas sûre dans l'état émotionnel dans lequel j'étais euh doula ou pas euh je suis pas sûre que j'aurai réussi à accoucher physiologiquement parce que j'avais mon corps qui c'était beaucoup trop refermé sur lui-même pour pouvoir euh mais euh du à notre histoire particulière de la blessure... »

Enquêteur : « Je comprends, juste une dernière question sur le côté financier, comment vous réglez vos séances ? »

Enquêtée N : « Euh...comment euh oh en chèque je crois, en chèque, ou en espèce, ou en virement. Les 3 je crois que j'ai fait les 3. »

Enquêteur : « Ok, ça marche (rires). J'imagine que vous étiez suivi par d'autres professionnels au moment de la grossesse, comment vous l'avez vécu ? Quels professionnels vous avez vu ? »

Enquêtée N : « Ben moi j'étais suivie par une sage-femme libérale au début avec qui ça s'est pas très bien passé euh parce que elle m'a fait moi je suis rentrée en grossesse j'allais dire comme on rentre en religion (rires) je suis tombée enceinte fin j'abordais ma grossesse assez sereinement mais voilà ma sage-femme m'a beaucoup stressé sur des petites réflexions qui m'ont vachement déconnecté de ma grossesse vraiment et j'ai quitté cette première sage-femme au moment où, moi j'ai vécu un début de grossesse très fluide j'ai pas été malade j'ai pas été fatigué j'ai continué à faire ma vie vraiment euh, euh normalement euh et vers le 5^{ème} mois de grossesse j'ai commencé à avoir des contractions en fait mais pas des contractions de travail en fait c'était des contractions qui arrivent des fois et cette sage-femme m'a dit oui si vous vous arrêtez pas maintenant 25 semaines de grossesse c'est un peu tôt pour accoucher. En fait elle m'a mis une espèce de stress énorme en mode là si vous vous calmez pas vous allez accoucher d'un grand prématuré ça va être l'horreur fin voilà ça m'a hyper stressé et j'ai pas du tout aimé cette approche-là anxiogène parce que déjà les femmes enceintes je trouve que y'a un traitement qui est toujours très anxiogène très intrusif dans le fait d'être enceinte. Quand on est enceinte on appartient à tout le monde, tout le monde a son mot à dire sur ce que vous êtes et ce que vous faites euh et donc ça m'a pas plu. J'ai continué mon suivi à l'hôpital. L'hôpital où j'allais accoucher euh mais du coup qui est devenu un suivi beaucoup plus impersonnel parce que je voyais un mois une sage-femme, j'ai jamais eu la même personne, les cours de préparation à l'accouchement j'ai jamais vu la même personne fin voilà c'était plus impersonnel et donc je pense que [nom de la doula] m'a fait du bien aussi parce qu'elle a apporté une linéarité dans l'accompagnement euh et un historique où ben de séance en séance j'avais pas à tout reprendre de ce que j'avais vécu pendant ma grossesse. Donc voilà donc l'accompagnement médical m'a pas satisfait plus que ça mais en même temps j'avais pas de pathologies euh j'avais pas de diabète, j'avais pas de grossesse à risque. »

Enquêteur : « Mais pourtant vous qui étiez cartésienne comme vous me le disiez, j'aurais pu penser que cet accompagnement vraiment avec des professionnels de santé ça vous importerait ? »

Enquêtée N : « Ben non, finalement (rires), même si euh même si je... je, je n'envisageais pas d'accoucher ailleurs qu'à l'hôpital. Au début je m'étais même dit, que je voulais accoucher pas aux sables mais à la roche sur ion parce que c'était une maternité de catégorie 3, où si j'avais un problème pendant l'accouchement avec le bébé il pourrait le prendre en charge, y'avait de la réa néonatal, ça c'était au début et plus l'accouchement euh plus la grossesse s'est déroulée et moins j'ai angoissé là-dessus et plus je me suis laissée porter par mais non ça va tout va bien se passer mais non je n'aurai pas accouché ailleurs que dans un hôpital ça c'est clair. »

Enquêteur : « Euh vous l'avez un petit peu évoqué mais je voulais revenir sur ce que la doula vous a apporté en plus que votre entourage et votre famille ? »

Enquêtée N : « Euh ben elle m'a apporté aussi je pense un accompagnement dénué d'affects aussi et dénué de euh d'une histoire personnelle qui peut être longue. Fin par exemple parler à ma sœur c'était aussi ça venait aussi d'une certaine manière invoquer euh une enfance, une adolescence, un début c'est bête peut être ce que je vais dire mais un début de vie amoureuse chaotique où elle m'a accompagné là-dedans, ma sœur à 12 ans de plus que moi donc elle, elle a été pas mal force d'accompagnement et de conseil tout au long de ma vie. Mais du coup notamment sur l'aspect familiale moi les échanges que j'avais étaient à l'aulne de ça et à l'aulne de la petite fille que je resterai toute ma vie pour ces gens qui m'ont connu enfant en fait. Donc y'avait ce truc-là de : "ouais on sait que t'es comme ça oui mais comme toi tu es comme ça tu vas penser que non est ce que... j'avais besoin d'avoir quelqu'un qui me qui ne me connaisse pas en fait à qui je pouvais dire en toute liberté qui j'étais à l'heure actuelle en tant qu'adulte". »

Mes amies pareil, ce truc de : “ mais moi si moi ça mon expérience, etc. ”, j’étais pas en capacité de recevoir leurs expériences j’avais besoin de parler de la mienne sans devoir écouter celle de quelqu’un d’autre et donc vraiment cette distance-là émotionnelle affective euh que j’ai vraiment retrouvé dans l’accompagnement et qui m’a aidé à me définir aussi comme une femme adulte enceinte qui parlait à une autre femme adulte qui pouvait l’accompagner. »

Enquêteur : « Ok, est ce que vous êtes satisfaite des services qui ont été fournis par votre doula ? »

Enquêtée N : « Ah oui, oui largement satisfaite et puis déjà parce qu’on est déjà très bien entendue toute suite euh et c’est... c’est, c’est marrant parce que moi je ne suis pas quelqu’un de très tactile et le quand on a arrêté de se faire la bise pendant le covid ça m’allait très bien j’aimais pas du tout ça. Euh et la première fois quant à la fin du premier entretien elle m’a pris dans ses bras et ça m’a fait un mouvement de recul mais vraiment en mode waw je suis pas sûre d’être prête pour ça en fait alors qu’en fait maintenant on s’aime beaucoup et y’a ce côté très tactile qui va revenir très vite et en même temps ça m’a c’est venu brisé un peu mes barrières où je me suis dit : “ ok si là tu ne te laisses pas aller un peu physiquement dans cette tendresse-là tu vas en récolter ce que tu pourrais en récolter donc allez vas-y fais un câlin tout va bien se passer”, en fait j’étais là euh... j’ai pas du tout envie de vivre ça (rires). C’est du petit à petit, le tutoiement est venu très vite et donc ouais, ouais c’est aussi venu me chercher quand même me chercher au niveau perso, tactile. »

Enquêteur : « Est-ce-que y’a eu quand même un écart entre les attentes que vous aviez et la réalité de la prestation que vous avez reçue ? »

Enquêtée N : « J’avais pas d’attentes, j’avais pas d’attentes parce qu’en fait j’étais dans une recherche de quelque chose de... je ne savais pas trop moi-même m’exprimer euh et donc euh quand on attend rien on n’es pas déçu en fait et euh donc on fait j’ai pris ce qu’elle m’a amené et ce qu’elle m’a offert euh dans son entièreté et, et c’est pour ça aussi je pense qu’il y a eu une prise de contact, un rendez-vous et ça a matché parce qu’en vrai je cherchais rien. Donc euh ce que j’ai trouvé c’était toujours du plus et j’avais zéro attente. »

Enquêteur : « Ok, d’accord, est ce qu’aujourd’hui vous conseillerez cet accompagnement à votre entourage ? »

Enquêtée N : « Alors oui, oui, oui c’est euh... mais euh très honnêtement je pense que la question financière vient toute suite se greffer immédiatement, mais au-delà même il faudrait militer pour que ce genre d’accompagnement là soit systématique en fait. Ou a minima remboursé ou reconnu d’une quelconque manière que ce soit dans un vrai complément, ça se substituera jamais à un accompagnement médical par une sage-femme, moi elle me l’a dit toute suite, je ne suis pas sage-femme, il faut un accompagnement médical comme après elle m’a dit je ne suis pas consultante en lactation il te faut quelqu’un qui t’accompagne spécifiquement là-dessus mais euh cette tierce personne est pour moi cruciale. Je vais enfoncer des portes ouvertes, on répète souvent il faut tout un village pour éduquer un enfant euh... et pour devenir mère en fait on est dans une société qui a déconnecté la femme de son corps, qui a déconnecté la femme des autres femmes de son entourage et euh on nous apprend pas à être mère, on nous apprend pas à être enceinte, on nous apprend pas à devenir femme et tout ce passage-là la doula elle va le faire et euh pour moi c’est un rôle qui va être essentiel dans l’accompagnement des femmes mais à l’heure actuelle il est ultra élitiste parce que c’est cher parce que c’est pas remboursé et parce que pas vraiment reconnu à sa juste valeur. Parce que vraiment quand on entend doula

moi je me suis vu raconter mon accompagnement ou en tout cas dire que j'étais suivi par une doula j'aurai dit je suis suivie par une sorcière ou un chaman ça aurait été la même chose. »

Enquêteur : « C'est vrai que c'est un peu dans les représentations. »

Enquêtée N : « Oui et surtout dans les anciennes générations, mais pourquoi tu vas voir une doula ça sert à rien. Ben en fait moi j'ai besoin de ça. Ben ma mère a juste pas compris elle était là ah ouais bon... (rires) c'est euh... et euh donc euh ouais y'a quand même cette représentation des doulas on ne va pas refaire l'histoire patriarcale de la société mais euh y'a une femme qui transmet des savoirs pour que les autres femmes se réapproprient leurs corps ça pose toute suite problème ouais. »

Enquêteur : « D'accord, euh, est-ce que pour une future grossesse vous feriez appel à une doula ? »

Enquêtée N : « Alors oui euh si ça arrivait oui, euh... c'est pas prévu (rires) donc pour le coup euh... et je pense que c'est aussi ça en fait nous on a fait un choix fort qui est le fait de faire qu'un enfant euh mais on l'a fait avant même d'avoir fait un enfant euh donc c'est pas juste parce que là on dort pas et qu'on est fatigué qu'on dit qu'on fera pas mais c'est un vrai choix. Euh presque politique de faire qu'un enfant. Euh et c'est aussi je pense pour ça que j'ai pu contacter une doula et que j'ai consenti à payer ce prix là parce que finalement je savais que c'était un one shot et que j'aurai pas de nouveaux ce tarif à mettre enfin c'est comme si j'avais essayé tout l'éventail des propositions possibles parce que c'était qu'une fois dans ma vie et qu'il fallait que je teste pleins de trucs. Mais si jamais il y avait une grossesse et ben oui, oui évidemment et puis je ferais surtout appel à la même personne. Oui, oui justement elle me connaît, elle connaît ma famille, elle connaît mon environnement et elle est d'une bienveillance euh absolue pour le coup. »

O. Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée O

Enquêteur : « Tout d'abord nous voulions vous demander votre âge. »

Enquêtée O : « 30 ans. »

Enquêteur : « 30 ans, d'accord, quelle est votre situation familiale ? Est-ce-que vous êtes en couple, vous vivez seule ? »

Enquêtée O : « Je suis mariée. »

Enquêteur : « D'accord, quelle est votre profession ? »

Enquêtée O : « Alors en ce moment je m'occupe de mon bébé et sinon je suis médiatrice familiale. »

Enquêteur : « D'accord et votre conjoint ? »

Enquêtée O : « Il est dans le bâtiment, conducteur de travaux. »

Enquêteur : « D'accord, vous avez combien d'enfants ? »

Enquêtée O : « 2 enfants. »

Enquêteur : « 2 enfants, et où est-ce que vous habitez ? »

Enquêtée O : « Saint-Malo. »

Enquêteur : « Ok, ça marche, donc ça c'était les toutes premières questions. Maintenant on va passer sur vraiment le recours aux doulas et les raisons du recours aux doulas. Donc euh comment avez-vous eu connaissance de l'existence des doulas ? »

Enquêtée O : « Aucune idée, ça fait trop longtemps. Je ne sais pas. »

Enquêteur : « Vous connaissez depuis longtemps ? »

Enquêtée O : « Ouais ça fait, ben depuis que j'ai eu mon premier enfant, ça fait 5 ans je crois. Après ben comment ben je ne sais pas enfin y'a tellement d'infos qu'on reçoit quand on a un enfant (rires) je ne saurais pas vous dire, je suis incapable de vous dire. »

Enquêteur : « Ok, ça marche et de quelle manière est-ce que vous avez trouvé votre doula ? »

Enquêtée O : « Hum j'ai participé à un groupe de paroles qu'elle animait, un cercle de femmes et j'ai beaucoup apprécié sa manière de tenir l'espace et donc c'est comme ça que je me suis dit ben, ben que le jour où j'attendrais mon deuxième enfant j'aimerais bien qu'elle m'accompagne. »

Enquêteur : « Ok, donc c'est la seule doula que vous avez rencontré ? »

Enquêtée O : « Non, j'en ai rencontré d'autres. »

Enquêteur : « Ok d'accord donc sur quels critères vous avez choisi votre doula ? »

Enquêtée O : « Alors ce que j'ai, j'ai comme critère ça a été surtout qu'elle euh que je la sente à l'aise avec les émotions. Avec sa capacité à accueillir les émotions sans fin en étant dans l'empathie sans être submergé fin voilà être à une juste distance au niveau émotionnelle. »

Enquêteur : « Ok. Hum, quelles sont les raisons qui vous ont conduite à recourir à une doula pour votre deuxième grossesse et pas forcément pour la première ? »

Enquêtée O : « Ben parce que la première j'ai découvert euh plutôt pendant fin je veux dire pendant le suivi fin c'était moins prévu c'était pas prévu avant alors que la deuxième grossesse avant même de concevoir le bébé c'était déjà prévu dans ma tête. Donc euh je planifie pas mal mes, mes... mes bébés en amont en fait parce que je trouve que pendant la grossesse on a déjà tellement de chose à découvrir, à gérer, à organiser fin je trouve que fin voilà pour moi j'avais plus le temps d'y penser avant, au moment où je projetais d'avoir un bébé où je réfléchissais dans quelles conditions à quel moment dans ma carrière tout ça tout ça. C'est plus à ce moment-là que j'ai pensé à recourir à une doula. Euh alors que pour ma première j'ai découvert l'existence pendant le suivi, je ne pourrais pas vous dire par qui mais je sais que c'était pendant. Euh ensuite maintenant ma première, elle aura bientôt 5 ans, ça fait 5 ans. Hum donc peut être que c'était aussi un peu moins connu à ce moment-là aussi, je pense. Et euh du coup, pardon c'était quoi votre question je ne me souviens plus ? »

Enquêteur : « Quelles sont les raisons qui vous ont conduite à recourir à une doula ? »

Enquêtée O : « Euh... et vous m'avez dit pourquoi celle-là et pas l'autre je ne sais plus j'ai l'impression qu'il y avait une autre question. Hum parce que y'a ça ce que j'ai dit, parce que j'ai appris plus tard et voilà j'avais déjà bien avancé dans ma grossesse. Ensuite parce que je n'avais pas conscience des difficultés du post-partum euh comme c'était une première grossesse je pensais juste la grossesse et l'accouchement et pour ça j'étais déjà très bien entourée et donc je ne ressentais pas le besoin d'une doula. Et le moment où j'en aurais eu besoin c'était pendant le post partum mais le post partum je ne savais pas que c'était difficile la période, que c'était une période sensible, qu'on avait besoin de soutien. Donc euh la différence entre la première et la deuxième c'est que la première c'était de la naïveté, de l'ignorance etc. et la deuxième je savais que j'allais potentiellement connaître des difficultés en post partum et du coup j'ai voulu prévenir les difficultés. C'est pour ça que j'ai eu recours à une doula. Ensuite y'a un autre contexte, c'est que la première grossesse où je disais que je me sentais bien accompagnée pour ma grossesse et l'accouchement donc j'aurai pas eu besoin de doula pour la grossesse et l'accouchement juste pour le post partum en refaisant l'histoire, euh parce que j'étais j'ai accouché en maison de naissance, c'est un autre un peu alternatif, avec les doulas vous allez découvrir pleins de trucs (rires). Hum du coup en maison de naissance et les maisons de naissances ce sont des lieux gérés par les sage-femmes où on est accompagné la plupart du temps par un binôme de sage-femmes euh pendant toute la grossesse, pendant l'accouchement et pendant les quelques rendez-vous, qu'il y a en post partum. Donc on connaît ces femmes-là donc on a un suivi global, on avait fait un suivi global, un accompagnement global vraiment individualisé où ont créé vraiment un lien de confiance. Ce sont les sage-femmes qui font ça mais du coup justement le besoin euh d'une doula est moins fort puisqu'on a ce côté suivi global personnalisé on est accueilli en couple il faut que le conjoint fin, faut toujours venir avec quelqu'un qui sera le jour de l'accouchement, un proche, c'est pas toujours le conjoint, une mère, enfin la femme choisit qui elle veut, par qui elle veut être accompagnée. Donc en fait on va dire que le suivi de sage-femme est beaucoup plus personnalisé et global et du coup le besoin de doula était moins important la première fois aussi pour ça. »

Enquêteur : « Ok, je comprends. Donc pour vos deux grossesses vous avez accouché en maison de naissance ? »

Enquêtée O : « Non, la première j'ai accouché en maison de naissance et la deuxième fois c'était à la maison avec une sage-femme à domicile. »

Enquêteur : « Ah oui donc c'était deux expériences complètement différentes quoi. »

Enquêtée O : « Oui, ouais, ouais c'était assez différent parce que du coup la deuxième y'a aussi l'espace suivi global, c'était elle qui était là pendant ma grossesse pendant l'accouchement et pendant quelques rendez-vous après mais elle était seule et donc y'a pas d'équipes autour d'elle et donc ça veut dire qu'elle a pas beaucoup de temps enfin elle a pas beaucoup de temps, elle a moins de temps à nous accorder qu'en maison de naissance où elles sont quand même une équipe, deux au moins, elles étaient 8 sage-femmes donc voilà s'il y en a une qui est en arrêt qui est malade qui est machin elle est remplacé fin c'était pas pareil quoi. Je me sentais plus accompagnée et soutenue dans la maison de naissance que par la sage-femme à domicile du coup j'avais plus besoin au moment de la sage-femme à domicile je pense. D'un deuxième soutien quoi. De ne pas mettre tous mes œufs dans le même panier. De ne pas tout faire reposer sur une même personne. »

Enquêteur : « Et ce choix de vouloir accoucher à domicile il est intervenu à quel moment ? »

Enquêtée O : « Ben je pense que j'ai toujours, avant même les projets de fin au moment où j'ai projeté vouloir avoir des enfants biologiquement être enceinte accoucher. Et ben je voulais à tout prix m'épargner les violences gynéco obstétricales, du coup c'est dans ce cadre-là que j'ai regardé un peu les alternatives à l'hôpital classique. Et euh que j'ai découvert les maisons de naissance et les accouchements à domicile. Et après ben en fonction du lieu où je vivais euh et ben y'avait ça de disponible et pas ça donc après j'ai fait avec les possibilités du lieu. Et après oui je me sentais plus armée pour une deuxième grossesse d'accoucher à domicile que pour un premier accouchement. Comme mon premier accouchement c'est très bien passé physiologiquement, sans déchirures sans rien du tout ben je me suis dit : « ben c'est bien la preuve fin que je suis capable d'accoucher sans assistance, sans médicament, sans médecin, sans machin » donc euh en fait je veux le faire chez moi parce que j'ai pas besoin de quoi que ce soit d'autres que moi et une sage-femme qui est quand même une professionnelle médical mais qui du coup qui était juste dans l'observation pour vérifier que tout se passait bien et que si y'avait un problème elle me renvoyait à l'hôpital mais comme tout s'est bien passé y'a pas eu besoin. »

Enquêteur : « Quelles étaient vos attentes avant le début de l'accompagnement avec la doula ? »

Enquêtée O : « Euh ben moi le gros sujet c'était le post partum, j'avais vraiment envie de préparer le post partum de sentir qu'il y aurait quelqu'un qui serait là pour me soutenir si j'avais besoin, un professionnel quoi, pas quelqu'un de ma famille qui ressent lui-même fin je veux dire le conjoint devient aussi père donc lui aussi il vit ses émotions etc. et qui n'est pas forcément disponible pour accueillir celles de la mère on peut pas tout lui demander non plus. Ben pareil les grands-parents ils ne sont pas forcément capables non plus d'être bienveillants à l'écoute etc. Donc un professionnel qui a été à juste distance et qui était capable en fait de me donner ce dont j'avais besoin. Donc en fait c'est surtout pour me rassurer sur le fait que si j'avais besoin il y avait quelqu'un qui était disponible. Et vraiment pour le post partum, je l'ai vu un peu... Vous voulez savoir le détail du nombre de fois où je l'ai vu tout ça ? »

Enquêteur : « Oui. »

Enquêtée O : « Donc du coup je vous explique, donc la première fois que je l'ai vu c'était à un groupe, un cercle de femmes où je m'étais inscrite je ne savais pas que j'allais être enceinte et en fait le jour du cercle de femmes j'ai appris le matin que j'étais enceinte. Donc du coup j'avais pas prévu encore voilà mais voilà il y avait un espèce de truc magique aligné où on se dit ben c'est dingue je me sens super bien avec cette femme et c'est ce jour-là que j'apprends que je suis enceinte donc je me suis dit que c'était un signe. »

Enquêteur : « C'était un cercle de femmes à quel sujet ? »

Enquêtée O : « Euh sur le, c'était le 1^{er} novembre donc c'est la fête des morts la fin d'un cycle et le début d'un nouveau donc en fait ça avait beaucoup, beaucoup de sens pour moi parce qu'une naissance c'est le début d'un nouveau cycle et novembre c'est une période assez sombre dans l'année où les jours ils se réduisent c'est la fête des morts etc. Donc voilà j'étais venue pour parler des personnes mes proches qui sont partis et qui me manquent et en même temps j'accueillais la vie donc il y avait quelque chose d'un peu magique de partager tout ça avec cette femme-là. Mais bon du coup c'était pas volontairement en lien avec ma grossesse disons. Mais du coup en lien avec la grossesse quand j'ai vraiment choisi de la voir pour ça. Je l'ai vu une fois euh pour faire un atelier un peu bercement massage tout ça avec mon conjoint, donc ça c'était un peu si lui aussi il appréciait si on était tous les deux à l'aise avec elle. Euh après je

l'ai eu au téléphone pour parler du post partum, ce que je voulais mettre en place etc. Et euh on a préparé ensemble un blessing way, une célébration de la femme enceinte, en fin de grossesse, entourée des femmes qui lui sont chères. Je ne sais pas si vous connaissez. En gros l'idée c'est de d'entourer ben des femmes qui sont ... pour la femme enceinte, potentiellement c'est leurs meilleures amies, une sœur, une voisine, une cousine, fin voilà des femmes importantes autour d'elle. Qui viennent un peu l'honorer la célébrer en gros contrairement au, la fête un peu connu comment ça s'appelle le baby je sais plus quoi le baby shower en gros tout est autour du bébé dans le baby shower on offre des cadeaux au bébé voilà, voilà et là en gros c'est de ne pas être autour du bébé mais être autour de la mère, de de la valoriser, de lui dire pour combien on l'aime, pourquoi on l'aime, de euh lui apporter des petits repas qu'elle pourra congeler pour son post partum, de lui offrir un massage, une œuvre d'art, un chant fin c'est pas forcément des choses qui ont une valeur matérielle grande mais des choses qui ont une valeur symbolique importante pour que la femme se sente ben bien entourée pour qu'elle ose aussi se laisser aller à s'ouvrir et à donner naissance à son bébé. Et euh donc ça pour moi c'était un truc très important, fin très important, c'était quelque chose que j'avais vraiment envie de vivre et comme je savais que cette doula était très forte justement pour tenir ce genre d'espace comme je l'avais rencontré dans un cercle de femmes donc c'est une forme de cercle de femmes disons avec une thématique. Enfin voilà ça faisait partie des raisons pour lesquelles je l'avais choisi, c'est que je savais que j'aurai une très belle fête. C'est elle qui l'a organisé. Donc avant la naissance je l'ai rencontré, ben voilà ce que je vous ai dit, 2 3 fois. Et plus le téléphone qui m'a quand même un peu soutenu aussi. »

Enquêteur : « D'accord, est ce qu'elle venait à votre domicile lors des séances ? »

Enquêtée O : « Ben les deux autres fois elle est venue à domicile oui. Le premier cercle c'était chez elle et les deux fois d'après c'était chez moi et euh par téléphone. Et après en post partum je savais déjà mais elle était pas disponible autour de mon accouchement fin les 15 jours un peu autour du coup elle est revenue de vacances euh voilà dix jours après mon accouchement donc elle est venue nous voir avec un plat, je lui avais demandé. Donc elle est venue avec un plat et euh on a refait un, on a juste discuté quoi on a re reparlé de comment c'était passé l'accouchement et tout ça. Et euh et après ben je me souviens pas bien je crois qu'elle est venue une deuxième fois mais je ne suis pas sûre, je crois qu'elle est venue une deuxième fois. Je suis quasiment sûre mais je me rappelle de rien. »

Enquêteur : « Hum d'accord, du coup est ce qu'elle a également accompagner votre conjoint dans votre grossesse ou est-ce que c'était exclusivement pour vous ? »

Enquêtée O : « Ben la première on était tous les deux elle lui a montré des bercements qu'ils pouvaient me faire pour me faire du bien, euh on n'a pas trop parlé d'émotions et de choses comme ça. Et euh par contre après quand on a fait le débrief de l'accouchement c'était pour tous les deux. »

Enquêteur : « Ok d'accord, on a des petites questions sur le budget consacré à l'accompagnement et d'abord est-ce qu'il existe des aides financières pour recourir à une doula ? »

Enquêtée O : « Euh y'a une mutuelle ouais qui rembourse mais c'était pas la mienne. »

Enquêteur : « (rires) d'accord, est ce que vous pouvez estimer à peu près à combien votre accompagnement vous a coûté ? »

Enquêtée O : « Alors je vais vous dire à peu près, euh la première euh les bercements massages c'était à peu près 60 euros ou 80 euros euh je vais vous dire à peu près aller disons 60 euros. Après la célébration avec mes copines 300 euh quand elle est revenue avec ses repas peut être 80 et la fois encore d'après 80 encore. »

Enquêteur : « Ok et comment est-ce que vous régliez vos séances ? »

Enquêtée O : « Euh je payais en liquide je crois. »

Enquêteur : « Ok donc là on va passer aux autres accompagnements, vous avez été suivi à domicile par une sage-femme pour votre deuxième grossesse, est ce qu'il y a eu d'autres professionnels de santé ? »

Enquêtée O : « Ouais ostéopathe, j'ai dû voir 3 fois l'ostéopathe dans ma grossesse et en post partum 2 fois. Après j'ai eu un médecin généraliste micro-nutritionniste qui m'a suivi pour la nutrition vérifier que je n'avais pas de carence tout ça. Du coup lui je l'ai vu combien de fois, je l'ai vu euh deux fois je pense pendant la grossesse et une fois en post partum. Euh qu'est-ce que j'ai vu d'autres, euh je réfléchis en post partum je suis allée à une rencontre ... pour parler d'allaitement donc y'a des associations quoi, des groupes de paroles de femme. Donc différentes associations, ça... ça m'a beaucoup aidé. Euh après pendant la période post partum dans le cadre d'un petit festival une séance shiatsu ça m'a fait vraiment fait beaucoup de bien donc voilà différentes médecines douces quoi. »

Enquêteur : « D'accord, j'ai l'impression que vous connaissez beaucoup d'alternatives pour la grossesse. »

Enquêtée O : « Oui parce qu'en fait c'est tellement alternatif les accouchements à domicile et en maison de naissance et tout ça que bah en fait c'est un choix militant qu'on ne fait pas par hasard quoi. Les femmes qui font ce choix-là elles se sont beaucoup informées c'est pour ça qu'elles ont fait ce choix là et puis bah... en fait y'a tellement peu de place qu'il faut avoir le projet même avant de concevoir le bébé. Parce que si on se réveille à 5 mois de grossesse même dans les maternités c'est compliqué de s'inscrire donc autant dire que dans les trucs alternatifs... En fait dès qu'on a le test de grossesse positive même avant de prévenir le conjoint il faut prévenir la sage-femme (rires). Donc oui je m'y suis beaucoup informée. Et plus par le biais du coup, enfin y'a pas des personnes qui vont aller vers ça pour le côté ben naturel euh pour des raisons écologiques ou pour des raisons religieuses. Moi c'est plutôt pour des raisons féministes que j'ai que je me suis tournée vers ça. »

Enquêteur : « Vous m'avez parlé de violences obstétricales, donc c'est ça qui vous a poussé à vous tourner vers les alternatives ? »

Enquêtée O : « Oui c'est ça, c'est ça qui m'a amené sur la question ben qu'est-ce qu'il y a comme alternative à l'hôpital et où est ce que je peux avoir un accouchement qui me fait pas peur quoi. Et j'étais effrayée par l'accouchement jusqu'à ce que je découvre l'accouchement physiologique où là j'ai vu pour la première fois des femmes parler de leur accouchement avec les yeux qui brillent donc je me suis dit bon il y a l'air d'avoir une alternative chouette par là-bas donc je vais m'informer. C'est ce qui me convenait à moi. »

Enquêteur : « Du coup comment est-ce que vous vous êtes informée sur tout ça ? »

Enquêtée O : « Internet, internet surtout. »

Enquêteur : « Qu'est-ce que la doula vous apporte de plus que votre entourage, que vos proches ? »

Enquêtée O : « Ben du coup j'ai dit : « une juste distance, un accompagnement émotionnel, euh du non-jugement, de la neutralité », et puis ben du coup j'ai choisi quelqu'un qui avait les mêmes valeurs que moi aussi. Donc euh... donc voilà fin y'a tous types de doula, certaines accompagnent pour les accouchements à domicile, pour la PMA, pour pleins de choses ben moi voilà c'était plutôt une personne qui avait aussi eu un projet d'accouchement à domicile pour son enfant etc. »

Enquêteur : « C'était vraiment quelqu'un qui vous correspondait quoi. »

Enquêtée O : « Oui voilà exactement. A laquelle je peux m'identifier, qui a mon âge, fin déjà c'est une femme comme moi, qui a mon âge, elle avait déjà aussi un enfant fin bref, voilà. »

Enquêteur : « Ok, est-ce qu'après cette expérience avec cette doula vous êtes satisfaite des services qu'elle vous a proposés ? »

Enquêtée O : « Ouais je suis satisfaite, si ça avait été plus accessible financièrement j'aurais été encore plus satisfaite car j'aurais pu faire plus de rendez-vous vraiment avoir un vrai accompagnement. C'est les raisons financières qui ont fait que je n'ai pas fait. »

Enquêteur : « Est-ce que vous savez ce que votre doula peut proposer comme prestations ? Là j'imagine que vous avez sélectionné certaines prestations mais qu'elle en propose un large éventail. »

Enquêtée O : « Oui je pense que je sais ce qu'elle propose, des rencontres soit individuelles soit en groupe pour parler de la grossesse pour préparer l'accouchement pour préparer le post partum euh elle propose des massages, ah pardon j'ai oublié un gros truc qu'elle m'a fait, un gros soin. En parlant ça vient. Elle propose un soin qui s'appelle le soin rebozo, avec une autre femme donc en fait c'est inspiré d'un massage qu'on offre principalement au Mexique en trois étapes ça dure trois quatre heures c'est offert par deux femmes à une femme qui vient d'accoucher. Donc on peut rajouter 300 euros. Donc oui différents types de massages là j'ai vu qu'elle avait rajouté un massage pour les bébés, ça... ça me donnerait envie aussi donc peut être que je le ferais parce que mon bébé à 6 mois. Je pourrais encore faire des petits trucs. Les soins rebozo avec d'autres femmes, les cercles de femmes sur différentes thématiques, elle en a fait un y'a pas longtemps sur le couple j'aurais trouvé intéressant d'y aller mais avec mon bébé c'était compliqué le soir. Euh voilà. Ma mama blessing, elle fait aussi, je crois qu'elle se lance aussi dans des cérémonies laïques de mariage. Voilà après entre le début de l'accompagnement et maintenant ça fait un an donc elle a rajouté de nouvelles choses. »

Enquêteur : « Est-ce que vous avez repéré un écart entre vos attentes avant l'accompagnement et la réalité de la prestation ? »

Enquêtée O : « Euh non, l'écart c'est pas entre ce que je lui ai demandé et ce qu'elle a fait. L'écart c'est plus entre ce que j'aurais aimé dans un idéal recevoir et ce que j'ai pu me permettre de m'offrir aussi vous voyez, c'est plus le côté financier. En gros si j'avais été vraiment très à l'aise financièrement euh si notre cher président nous soutenait et voilà les femmes quand elles ont un enfant elles perdent au moins 20% de leur salaire euh on est 1/5^{ème} à pas pouvoir avoir le droit au congé maternité ou parental parce qu'on a pas assez cotisé nanana. Fin, bref on n'a pas les moyens forcément sauf quand on a 40 ans mais du coup on n'est plus fertile et du coup

on doit faire une PMA fin bref y'a toujours des problèmes. Moi j'ai eu mes enfants jeunes mais du coup j'avais pas assez cotisé pour avoir des aides de l'Etat et ben du coup voilà j'ai, j'ai... c'est aussi une question de priorité donc j'ai priorisé ça en m'offrant quand même les choses qui m'étaient chères la fête avec mes copines et le soin rebozo mais plus que ça c'était vraiment trop. Donc l'écart c'est entre ce que j'aurai voulu et ce que j'ai pu m'offrir. »

Enquêteur : « Est-ce-que vous feriez appel à une doula si vous aviez une autre grossesse ? »

Enquêtée O : « Oui. »

P. Retranscription de l'entretien avec l'enquêtée P

Enquêteur : « Quel est votre âge ? »

Enquêtée P : « Eh bien moi j'ai 30 ans du coup. »

Enquêteur : « 30 ans d'accord, quelle est votre situation familiale : est-ce-que vous êtes en couple est-ce que vous vivez seule ? »

Enquêtée P : « Euh non je suis en couple, je suis mariée et maman de trois enfants. »

Enquêteur : « D'accord, quelle est votre profession ? »

Enquêtée P : « Euh alors ben du coup j'ai deux professions, je suis infirmière à temps partiel 3 journées par semaine auprès d'enfants polyhandicapés et du coup j'ai fait une formation doula pendant ma dernière grossesse. Donc j'ai commencé euh... aussi euh une activité de doula euh depuis la rentrée. »

Enquêteur : « Donc vous avez votre formation et là vous commencez tout juste à avoir des clientes ? »

Enquêtée P : « C'est ça, alors j'en avais déjà fait des formations pour faire de l'accompagnement périnatal, pendant deux ans je me suis formée à l'école du bien-être à Paris. Ça c'était entre 2020 2022, hors période covid mais j'avais commencé une formation euh mais c'étaient des allers retours ponctuels à Paris pour faire plutôt des formations courtes. J'avais fait formations massage femme enceinte allaitement, des choses des choses comme ça, réflexologie bébé, c'étaient vraiment des formations très précises. Après j'ai choisi d'aller en école de doula pour pouvoir faire de l'accompagnement émotionnel des femmes du coup. »

Enquêteur : « Et ça représente combien de temps de formation ? »

Enquêtée P : « Olalala au total j'ai pas calculé. Ben là la formation de doula nous c'était sur 10 mois, j'avais choisi... Parce qu'il y a pleins d'écoles de doula j'avais choisi une formation sur 10 mois en distanciel et après j'évolue à mon rythme. Comme j'ai fait mon entrée en école de doula la même semaine où j'ai appris que j'étais enceinte de ma petite dernière donc du coup j'avais pas forcément prévu de faire tout en même temps donc j'ai dû forcément m'arrêter ben pour accoucher et pour prendre le temps d'être avec mon bébé donc là j'ai vraiment juste terminé en décalage par rapport à celles qui avaient commencé en septembre l'année d'avant

mais oui j'ai eu deux mois d'écart du coup. C'était 10 mois. Et après à Paris ça représentait peut-être une dizaine de fois trois jours, je ne sais pas. C'est beaucoup, beaucoup de travail, beaucoup d'heures et beaucoup de recherches en plus. »

Enquêteur : « J'imagine oui. Du coup vous avez 3 enfants ? »

Enquêtée P : « Oui. »

Enquêteur : « Et où est-ce que vous habitez ? »

Enquêtée P : « J'habite en Vendée à Mouilleron-le-Captif. »

Enquêteur : « Hum alors du coup vous avez eu recours à une doula seulement pour l'une de vos grossesses ? »

Enquêtée P : « Alors pour la dernière grossesse justement. Là j'ai ma petite fille elle va avoir 9 mois et du coup j'ai eu recours à elle. Pour ma première grossesse je ne connaissais pas vraiment l'existence des doulas. Euh j'ai connu ça, parce que du coup mes enfants ont 5 ans, le grand a 5 ans, j'ai un deuxième garçon qui a 5 ans et là ma petite fille qui a 9 mois. J'ai appris l'existence des doulas entre les deux grossesses sauf que ma deuxième grossesse c'était passée en temps de covid donc je ne voulais pas forcément prendre une doula. Je pense que ça m'aurait bien aidé quand même dans cette période-là d'avoir une doula même à distance, mais je ne savais pas que c'était faisable. Et du coup euh, mais par conte j'étais suivie par une super sage-femme qui allait vraiment au-delà des accompagnements classiques de sage-femme elle était très sur l'accompagnement émotionnel aussi au moment de la grossesse et j'avais vraiment trouvé super. Et du coup là pour ma troisième grossesse j'ai vraiment eu envie de faire un suivi avec une doula en plus. »

Enquêteur : « Du coup vous êtes d'abord entré en formation et vous avez eu recours à une doula ou c'était l'inverse. » ?

Enquêtée P : « Euh non je suis d'abord rentrée en formation, je suis d'abord rentrée en formation et la semaine de ma rentrée en école de doula j'ai appris que j'étais enceinte et c'était pas forcément un bébé prévu pour toute suite et du coup hum je me suis dit, déjà ça me tentais beaucoup d'avoir recours à une doula pour ma dernière grossesse mais euh mais le fait de rentrée en école de doula c'est le moment de me faire suivre par une doula aussi pour le vivre aussi de l'intérieur. Ça avait vraiment pour moi le double bénéfice. Et un bénéfice un peu de se dire ben je vais être étudiante doula mais je vais aussi pouvoir vivre vraiment un accompagnement auprès d'une doula et de voir les bénéfices que ça a et aussi me dire que dans tous les cas c'est mon troisième bébé, j'avais déjà deux enfants pas très vieux et je sentais que j'allais avoir besoin de plus de soutien euh pour cette grossesse et pour après surtout. »

Enquêteur : « A quel moment vous avez appris l'existence des doulas ? »

Enquêtée P : « C'était en 2019 parce que je commençais à écouter des podcasts et du coup j'étais tombée sur les chaînes de podcast d'une doula québécoise et j'avais adoré ses post et du coup ben j'avais vraiment tout écouté pendant ma grossesse de mon deuxième enfant et j'avais trouvé ça j'avais trouvé ça génial tout ce qu'elle racontait en fait. Je savais pas qu'on pouvait se faire accompagner au niveau des émotions et un peu plus... donc du coup c'est là que j'ai connu les doulas. »

Enquêteur : « D'accord et vous de quelle manière est-ce-que vous avez trouvé votre doula ? »

Enquêtée P : « Du coup ben au début j'ai un peu cherché sur internet les doulas qu'il y avait dans mon département et puis je suis tombée sur plusieurs noms, alors j'ai été voir sur les sites internet et j'ai regardé et j'en ai sélectionné deux qui étaient pas très loin au niveau distance et puis deux où déjà leurs sites fin les offres qu'elles proposaient me tentaient. Moi je marche beaucoup à l'intuition et au feeling et je voulais vraiment que, que le feeling passe avec la doula et que je me sente bien toute suite en fait, si dans mon idée je me sentais pas bien euh je je c'était sûre j'en prenais pas une et du coup les deux, j'ai écrit aux deux en Vendée et elles m'ont proposé un appel d'une demi-heure pour qu'on discute. Et du coup ben du coup j'ai eu les deux appels et hum et puis après je me suis laissée quelques jours pour vraiment laisser un peu infuser nos échanges et c'est vrai que dès que je repensais au fait d'avoir recours à une doula j'avais toujours le même visage enfin j'avais vraiment toujours la même doula qui revenait et pourtant sur le papier la deuxième doula ça me tentait plus tout ce qu'elle proposait euh toutes les offres qu'elle avait en plus de ses accompagnements notamment au niveau des soins qu'elle pouvait proposer en plus, ça me tentait plus et finalement le feeling était vraiment passé avec l'autre donc j'ai choisi celle avec qui j'avais le plus de feeling. »

Enquêteur : « D'accord et donc du coup vous vous êtes orientée toute seule vers une doula ce n'est pas votre sage-femme par exemple qui vous a orienté ? »

Enquêtée P : « Non pas du tout. Non, non puisqu'en plus j'avais changé de sage-femme entre mes deux grossesses parce que j'avais déménagé donc euh non, non j'avais pas du tout, ma sage-femme ne m'avait jamais parlé de doula donc non. Non, non c'est vraiment moi toute seule qui ait fait mes recherches euh. »

Enquêteur : « D'accord, et du coup quelles sont les raisons qui vous ont conduite à recourir à une doula ? »

Enquêtée P : « Hum c'était surtout, moi ce qui j'avais déjà j'ai appris que j'étais enceinte de ma troisième fille j'avais beaucoup d'inquiétude sur l'après gro... sur le post partum mais même plus loin quoi sur vraiment le long terme parce que j'avais des enfants qui avait un petit peu plus que 4 ans et 2 ans et demi et euh je me suis dit avec un troisième je vais vraiment, vraiment galérer. Et en fait j'avais fait un espèce de début de burn-out parental, je m'en étais rendu compte très tôt après quand mon deuxième garçon a eu 1 an et j'ai vraiment, vraiment pas été bien et du coup quand j'étais enceinte là et je me suis fait suivre par une psychologue parentale à l'époque assistante sociale aussi d'ailleurs qui est super, et puis euh et puis du coup quand j'étais enceinte de ma fille je me suis dit : " mais olalala ", c'était ma grosse, ma grosse peur de revivre ça de revivre l'épuisement, de ne pas se sentir capable de pouvoir s'occuper de ses enfants fin bon vraiment c'était... j'avais très, très peur de ça et je me suis dit faut vraiment que je mets... je préfère mettre toutes les chances de mon côté et avoir du soutien d'avance quitte à ce que ça ne sert pas et d'ailleurs la doula que j'ai choisi c'est ce que je lui ai dit au départ quand elle m'a demandé mes besoins. Je lui ai dit ben moi j'ai besoin surtout pour l'après, c'est vrai que le pendant ma grossesse je me sentais pas forcément d'avoir beaucoup, beaucoup de besoin parce que j'avais aussi toute ma formation doula qui arrivait en même temps avec beaucoup, beaucoup d'apport de connaissances et euh et... et voilà donc moi c'était vraiment sur l'organisation de l'après je ne savais pas si ça allait bien se passer dans la maison en plus je savais qu'on serait en travaux dans ma maison au moment de la naissance de ma fille et qu'on devrait déménager pendant un mois donc voilà il y avait tout ça qui coïncidait en même temps, c'était une très grosse année, je me suis mariée aussi deux mois après la naissance de ma fille

donc il y avait vraiment... c'était une très, très grosse année. Et sur le plan émotionnel moi j'avais peur de de me sentir dépassée et même de vraiment péter un plomb donc je voulais vraiment du soutien extérieur sachant que je suis déjà bien entourée j'ai déjà j'ai des amies très précieuses j'ai ma maman à 20 minutes de route j'ai ma belle-mère qui habite à 200 mètres de chez moi. Donc je savais que j'aurai du soutien quand même mais euh mais c'est quand même pas la même chose une amie euh fin vous pouvez avoir des gens proches vont toute suite être plus impacté par votre... admettons une maman une jeune maman n'fait que de pleurer ben quand c'est quand c'est une amie ou quand c'est sa sœur on va dire on va vraiment avoir plus tendance à lui dire mais ça va aller t'es forte t'inquiètes pas et d'ailleurs c'était les conseils que j'avais eu quand j'avais pas été bien pendant mon burnout tout le monde dans mon entourage les proches qui me voyaient pas bien me disaient mais ça va aller c'est qu'une passade mais en fait c'était pas du tout ce dont j'avais eu besoin d'entendre. Moi j'avais juste besoin qu'on m'entende dans ma douleur et dans ma souffrance et qu'on m'aide à traverser ça pas qu'on me donne des conseils. Et je et du coup pour moi le fait d'avoir recours à une doula c'était aussi pouvoir savoir quelqu'un de neutre, de très bienveillante, de très bien formée et aussi de très neutre par rapport à mes propres émotions et du coup c'était pour ça que je l'a voulais pour pouvoir aussi euh ben dire tout ce que je ressentais sans avoir de conseils sans avoir euh sans avoir les parasites un peu de la relation amicale intime que l'on peut avoir avec une amie ou avec euh... je ne sais pas si c'est très clair ce que je dis. »

Enquêteur : « Si, si, je comprends avec quelqu'un d'extérieur mais avec qui vous avez un lien particulier. »

Enquêtée P : « Voilà c'est ça. »

Enquêteur : « Ok, et du coup son accompagnement est intervenu dès le début de la grossesse ? »

Enquêtée P : « Alors moi je l'ai appelé j'étais enceinte de 3 ou 4 mois peut être elle m'a demandé elle m'a dit que de toute façon elle voulait quand même qu'on se voit pendant la grossesse et puis en plus elle proposait aussi du massage alors moi qui adore le massage euh je voulais quand même tisser ce lien de bien-être ce lien de confiance avec elle euh pendant la grossesse pour qu'après la grossesse ce soit très fluide entre nous aussi. Et du coup on s'est vu mais elle a vraiment respecté mes besoins moi je lui ai dit que je ne voulais pas la voir avant mon 6 ou 7^{ème} mois de grossesse parce que j'avais pas besoin avant et que je voulais vraiment la voir plutôt sur le dernier trimestre donc c'est ce qu'on a fait. On a programmé comme ça et puis on s'est vu euh trois fois avant l'accouchement et deux ou trois fois après. Enfin deux fois avant l'accouchement elle a organisé un mama blessing aussi pour moi parce que c'est une demande que j'avais et je voulais que ce soit elle qui me l'organise donc du coup elle m'a fait ça et puis après elle est venue à la maison après l'accouchement. »

Enquêteur : « Et du coup vos séances c'était vraiment de la discussion, des échanges ? »

Enquêtée P : « Alors ça dépendait des séances en fait elle me demandait déjà ce que j'avais besoin, elle partait vraiment à chaque fois de comment je me sentais. Quelques jours avant elle m'envoyait un message à chaque fois pour savoir comment je me sentais si j'avais des demandes particulières euh que ce soit au niveau émotionnel ou physique comme elle propose des soins aussi. Donc la première séance on a vraiment on a vraiment que discuter parce qu'elle voulait aussi prendre un petit peu le que je lui raconte mes précédentes grossesses, mon vécu par rapport à tout ça. Pour me connaître un petit peu dans ma maternité. Donc les premières séances ça a vraiment été que de la discussion. Mais euh et puis elle s'est présentée, elle m'a

parlé de comment elle fonctionnait elle en tant que doula et puis après la deuxième séance ça avait été coupé en deux on avait discuté et après elle m'avait fait un massage. Et après juste avant la naissance pour qu'on parle des enfants et de l'organisation post-partum. Donc c'était vraiment des séances très différentes en fait. »

Enquêteur : « Elle s'est vraiment basée sur vos attentes et sur vos besoins. »

Enquêtée P : « Oui, ouais, ouais. »

Enquêteur : « Et elle venait toujours à domicile ou ... ? »

Enquêtée P : « Euh non fin les premières séances j'allais au cabinet et elle est juste venue à la maison pour la dernière séance avant l'accouchement et puis après elle est venue à la maison après l'accouchement, elle est venue deux fois. »

Enquêteur : « Ok d'accord, et quel a été son rôle vraiment pendant votre parcours périnatal ? »

Enquêtée P : « Ah ben c'était vraiment un soutien et une écoute une écoute bienveillante. En fait elle avait ce fonctionnement en plus de nos séances elle avait un elle avait un fonctionnement par WhatsApp où on pouvait s'envoyer des messages et des vocaux donc en fait on s'est vu que 5 fois mais j'avais l'impression d'être avec elle toutes les semaines car toutes les semaines elle m'envoyait des messages pour savoir comment j'allais, pour prendre de mes nouvelles et du coup selon si je lui disais juste oh ben ça va super c'est la pleine forme et ben ça se terminait comme ça elle me souhaitait une bonne semaine moi aussi et voilà. Et puis si y'avait besoin de plus échanger ou de dire des choses et ben du coup je lui envoyais un petit vocal donc ça, c'est arrivé plusieurs fois selon, elle avait noté aussi mes examens elle notait quand j'avais mes échographies et du coup c'était hyper agréable parce que je recevais un petit message pour me souhaiter une bonne écho et du coup ben selon comment ça c'était passé ben je pouvais lui envoyer un petit message. C'est vrai qu'il y a eu des semaines vers la fin de la grossesse où j'étais plus fatiguée où je gérais en même temps ma formation de doula donc je me revois lui envoyer des vocaux entrain de pleurer en lui disant que ça allait pas aller du tout donc voilà il y avait aussi toute cette dimension là où je pouvais euh pleurer au téléphone avec quelqu'un qui était juste là pour accueillir mes pleurs et pas pour me couper sans cesse à me dire ça va aller t'inquiètes, t'inquiètes. Et du coup c'était juste déjà hyper bénéfique de juste pouvoir dire tout ce qu'on a dire sans être interrompu et d'être entendu dans ce qu'on ressent, ça fait la moitié du travail aussi. En fait je lui ai dit souvent et puis redis après, rien que de savoir qu'elle était là même quand j'en avais pas besoin, en fait de savoir que si j'avais besoin j'avais juste à décrocher mon téléphone et à prendre un rendez-vous avec elle ou à l'appeler et ben et ben c'était hyper sécurisant pour moi dans toute ma maternité. Donc du coup y'a eu pleins de semaines où j'ai pas du tout ressenti le besoin de l'appeler mais du coup je pensais à elle des fois et de savoir qu'elle était là si j'avais besoin ben c'était déjà hyper rassurant. »

Enquêteur : « Et du coup cette période post-partum que vous appréhendez comment ça s'est passé ? »

Enquêtée P : « Et ben ça c'est super bien passé (rires) alors je pense que c'était très j'étais très bien préparée et puis avec, avec mon expérience de maman déjà du coup j'étais beaucoup plus détendue et euh et puis comme on savait qu'on allait devoir déménager avec un bébé et ben on avait même pas de chambre de prête donc on avait même pas ce stress de la chambre à préparer et y'avait pas de... fin du coup la différence que j'ai eu aussi c'est que mon mari il a bénéficié

d'un mois entier à la maison ce qu'on avait pas eu pour nos deux précédentes grossesses il avait pas été là il avait que ses quelques jours de congé paternité alors que là il était là 1 mois alors déjà moi j'ai pu me reposer avec les enfants qui étaient à l'école donc euh donc déjà j'ai vu la différence donc du coup ma doula est venue... ben en fait elle attendu pareil, elle s'est pas imposée, elle a pas dit je viens une semaine post-partum elle m'a dit tu m'appelles quand tu sens que tu as besoin je viens. Et du coup elle est venue je ne sais plus peut être une dizaine de jour après mon accouchement et puis pareil elle a fait comme j'avais envie, j'avais mal au dos donc elle m'a elle m'a massé un peu le dos. Elle m'a mobilisé, comme j'allaitais et que j'avais un peu le haut du dos froissé elle m'a bercé un peu dans ses tissus rebozo et puis on a pu débriefer de l'accouchement. Moi j'étais très contente de pouvoir lui raconter mon accouchement aussi parce qu'on en avait parlé pendant les séances grossesses, elle m'avait demandé comment je projetait mon accouchement fin on en avait pas mal parlé quand même donc du coup c'était chouette aussi de pouvoir débriefer de ça avec elle. »

Enquêteur : « Ok super, et est-ce que votre conjoint a-t-il pu participer à certaines séances ? »

Enquêtée P : « Alors du coup la dernière, alors dès le départ je lui ai dit moi je voulais pas avoir un accompagnement doula s'il n'était pas ok fin je trouvais, je lui ai bien expliqué qu'elle allait un peu intégrer notre cellule familiale pendant la grossesse et que ça allait devenir quelqu'un certainement d'important pour moi dans mon accompagnement donc je voulais qu'il soit ok avec ça, pas qu'il se sente lésé ou mit à distance parce que c'était pas le but et il était tout à fait d'accord. Et puis pendant les rendez-vous avec ma doula je lui parlais beaucoup de mon mari du coup et puis à chaque fois que je rentrais chez moi j'avais tendance à débriefer le rendez-vous donc en fait il en avait entendu parler toute la grossesse. Et euh il l'a rencontré euh un mois avant l'accouchement, pour vraiment, on s'est posé tous les trois autour d'une table et on a pu discuter du coup de comment on envisageait l'après naissance et en puis en fait c'était bien qu'elle soit là parce qu'elle a servi un peu de médiateur parce que sans le vouloir j'ai pu aussi mentionner des petites inquiétudes que j'avais du fait que qu'il soit là mais qu'il prenne ça pour des vacances et qu'il est tendance à aller toujours dehors à bricoler mais du coup le fait qu'elle soit là, de pouvoir nommer devant elle et puis qu'elle elle en rajoute un peu une couche gentiment en redéfinissant un peu les besoins d'une femme qui vient d'accoucher mais en le disant tout en douceur pas en le disant comme une injonction non plus c'était super. Comme ça quand elle est venue à la maison ben ils s'étaient déjà elle avait aussi vu les enfants donc c'est vrai que... Par exemple elle était avec moi dans la chambre je m'en rappelle et ma petite fille elle dormait donc du coup ma doula a commencé à me masser le dos et puis ben la petite elle s'est réveillée et on n'avait pas du tout fini et euh et du coup elle s'est permise d'aller chercher mon mari et de lui dire : “ Est-ce que tu peux prendre [nom de la petite fille] tu l'emmènes avec toi, j'ai pas fini avec [nom de l'enquêtée P], je viens la chercher quand on a fini. ”. Ben du coup c'était, si elle ne l'avait pas rencontré s'ils n'avaient pas eu un minimum de lien je pense pas qu'elle aurait pu faire ça de dire, ben là faut que tu t'occupes du bébé parce que je m'occupe de ta femme. Donc euh donc du coup c'était important et puis même pour lui peut-être qu'il se serait dit ben attends elle abuse un peu. Alors que là non ça s'est fait très naturellement. »

Enquêteur : « D'accord, ok, euh du coup comment avez-vous vécu cette troisième grossesse par rapport aux deux autres ? »

Enquêtée P : « Alors moi mes grossesses elles se sont toujours bien passées, sur le plan émotionnel là ça s'est vraiment mieux passé mais euh mais comme ma deuxième grossesse était en plein temps covid et qu'en plus euh ma deuxième grossesse est arrivée après une fausse couche que j'ai dû gérer aussi pendant la première vague covid et en fait je suis tombée enceinte après pendant la deuxième vague covid donc du coup euh c'était vraiment particulier parce

qu'on pouvait pas avoir de soutien, mon mari il n'avait même pas le droit de venir aux échos, c'était vraiment une grossesse où c'était pas facile à gérer euh mais donc là ça pouvait être que mieux. »

Enquêteur : « Ce n'est pas comparable quoi. »

Enquêtée P : « Ben non ce n'est pas comparable après le fait d'avoir eu une doula sur la grossesse en elle-même ça ne m'a pas changé gros chose, si j'avais pas eu de doula pendant la grossesse je ne pense pas que ça aurait changé grand-chose à ma grossesse parce que vraiment j'étais euh j'étais au clair même sur ce que je voulais. C'est vrai qu'une doula pendant la grossesse elle peut aider même aider à prendre confiance en soi pour son projet de naissance, pour affirmer ce qu'on veut pour l'accouchement et moi j'étais très, très au clair sur ce que je voulais là-dessus et très en confiance donc du coup euh non c'était vraiment pour l'après. »

Enquêteur : « D'accord, on a une petite partie sur le financement, est-ce qu'il existe des aides financières pour recourir à une doula ? »

Enquêtée P : « Non alors c'est pas du tout pris en charge par chez nous. En Belgique, depuis l'année dernière, il y a des mutuelles qui remboursent une partie. J'ose espérer que ça arrive un jour en France, mais bon ça c'est un autre sujet. Non alors, après je sais que y'a des, je suis pas très au clair là-dessus je sais qu'il y a des doulas qui arrivent à se faire payer en chèque CESU pour le post partum parce que du coup, ils font passer ça sur de l'aide à domicile fin sur de l'aide à domicile parce que les doulas en post partum elles peuvent aussi étendre le linge faire un repas ça dépend des besoins de la maman elle ne fait pas non plus que de la discussion et du massage. Ça dépend vraiment de chaque doula, y'en a même qui disent dès le départ qu'elles ne savent pas cuisiner et qu'elles n'ont pas envie et y'en a d'autres qui adorent cuisiner et qui aiment venir faire des petits plats aux mamans fin vraiment ça dépend vraiment des doulas. Donc je sais, qu'il y en a certaines qui sont payées en chèque CESU du coup y'a une partie qui peut être prise en charge au niveau de la fiche d'imposition mais euh mais non pour la grossesse y'a rien c'est tout de la poche des parents. Après, y'a des doulas qui font du paiement en plusieurs fois. Moi c'était le cas, elle me proposait des séances individuelles à la carte ou alors un pack de séance et en fait si on prend en gros 5 séances ou 6 séances il y a un tarif dégressif sur le prix total et après moi comme je savais que j'allais prendre plusieurs séances j'avais pris un pack c'était 7 séances je crois bien au final et euh et du coup elle m'avait proposé de payer tout d'un coup soit payer en plusieurs fois, c'était au choix. »

Enquêteur : « Et est-ce-que vous savez à peu près à combien est estimé le coût de l'accompagnement avec les 7 séances ? »

Enquêtée P : « Oh ben là, moi j'en ai eu à peu près pour 700 euros. Mais euh, ce sont des séances d'1h45 après ça dépend vraiment du nombre de séance, de la durée de la séance et de la zone géographique. Moi, je me suis renseignée un peu ça change énormément, je sais que nous en Vendée les doulas sont assez on fait assez attention aux prix des unes des autres pour être assez honnêtes quand même et qu'il y en ait pas une qui propose une séance admettons à 80 euros pour 1h et une autre une séance à 50 euros. Je dirais qu'un 5 10 euros prêt, on est toutes sur les mêmes tarifications. D'ailleurs, moi quand j'ai fait mes tarifications, je me suis basée en moyenne sur ce que proposaient les autres doulas. Oui pas de financement, après y'a les primes naissances, moi au début quand j'ai calculé le prix je me suis dit, mais c'est pas possible je peux pas mettre ce prix-là. Et puis après, je me suis dit bon nous c'est notre troisième enfant, on est déjà équipé fin on a plus de matériel de puériculture à peu près, fin à part des petites choses qu'il y a toujours à racheter mais le gros comme pour un premier enfant où y'a

tout à acheter et je me suis dit, on a le droit à la prime naissance donc j'ai demandé à mon mari si... s'il était ok avec ça, il était d'accord, sachant que je savais que ce serait pas de l'argent perdu en l'air. Et je lui ai dit : « entre payer une doula maintenant et payer 700 euros ou me re payer une psychologue parentale » si je fais un burn-out dans 1 an et demi il vaut peut-être mieux payer la doula maintenant et puis qu'on soit tous bien et en fait il a toute suite compris je lui ai pas imposé et ça s'est toute suite bien passé. Mais euh mais c'est un coût, c'est le souci. Après y a des doulas qui peuvent le faire contourner par des assos mais euh, y'en a pas trop quand même. »

Enquêteur : « Et par exemple, le massage n'a pas coûté un peu plus cher ou... ? »

Enquêtée P : « Alors non, parce que du coup c'était inclut dans la séance. En fait dans la séance d'1h45, sur la séance où je lui ai dit que je voulais un massage et ben elle a décompté le temps de massage et puis après on pouvait adapter mais comme elle me disait euh on peut faire une séance 1h30 et la séance d'après on fait 2h on pouvait décaler. Et puis, on est pas à un quart d'heure près non plus fin, je connais pas une doula qui est à ¼ d'heure prêt, c'est un métier tellement de vocation fin quand il y a une maman qui est pas bien on va pas lui dire ben la séance est finie. »

Enquêteur : « (rires) Ben oui, je comprends, ça marche, et comment est-ce que vous régliez vos séances ? »

Enquêtée P : « Au niveau du moyen de paiement ? »

Enquêteur : « Oui, c'est ça »

Enquêtée P : « Ah et ben moi, du coup j'ai tout payé d'un coup, j'avais payé, elle m'a donné son RIB et puis j'ai tout payé, quand j'ai eu la prime naissance j'ai tout envoyé du coup comme ça voilà, j'étais sûre que c'était réglé parce que j'avais peur après de zapper. »

Enquêteur : « D'accord, ça marche, du coup pendant votre grossesse vous avez été également suivi par d'autres professionnels ? »

Enquêtée P : « Euh oui ben j'avais ma sage-femme forcément, fin c'est un incontournable de trouve ben que je voyais tous les mois. Après ben, j'avais comme j'ai accouché à l'hôpital ben j'avais des rendez-vous, juste du 8ème et 9ème mois là-bas avec la sage-femme de l'hôpital. Après euh moi j'ai vu un ostéo en fin de grossesse parce que j'avais un peu mal au dos et puis et puis voilà non j'ai pas eu d'autres professionnels. »

Enquêteur : « Votre doula n'est pas venue à l'accouchement ? »

Enquêtée P : « Non, ben la maternité où j'accouche de toute façon c'était pas, ils autorisent pas les doulas et puis moi, j'avais vraiment l'objectif d'accoucher le plus en autonomie puis je me sentais en confiance avec mon mari donc je pense même pas que j'aurai eu besoin qu'elle soit là. »

Enquêteur : « Est-ce que vos clientes vous le demande ? »

Enquêtée P : « Oui, oui, oui. Ben moi d'ailleurs, c'est quelque chose que je demande quand j'ai un appel pour une demande c'est aussi toute suite de demander le projet parce que moi en tout cas qui ait encore une activité salariée en plus comme infirmière ben, je peux pas me libérer

pour aller à des accouchements. Moi je sais que si une cliente veut d'office une doula pour la naissance, moi c'est pas mon cas en tout cas, mais y'en a d'autres qui le font en Vendée. »

Enquêteur : « Je repasse à l'accompagnement avec votre sage-femme, comment est-ce-que vous l'avez vécu cet accompagnement ? »

Enquêtée P : « Ben plutôt bien mais je m'attendais à plus de pris en charge globale mais parce qu'en fait j'ai eu une sage-femme différente à chaque fois pour mes grossesses et la sage-femme que j'ai eu à ma deuxième grossesse elle prenait vraiment tout en compte enfin elle faisait son suivi sage-femme classique elle prenait aussi elle était très axée sur les plantes et moi ça me correspondait bien et sur la sphère émotionnelle et du coup c'était vraiment des très longs rendez-vous où on prenait le temps de balayer vraiment tout et du coup ça, ça m'a manqué parce que ma sage-femme était vraiment super et très axée accouchement physiologique donc ça m'allait bien et c'est aussi pour ça que je l'avais choisi. Mais du coup, c'est vrai qu'elle m'examinait et puis elle me demandait comme ça allait très brièvement et puis après, c'était très rapide du coup oui, ça m'a manqué. J'ai eu pas mal de désagréments de grossesse et du coup c'était très limité parce qu'il fallait que je me renseigne par moi-même auprès d'autres sage-femmes plus axées sur les plantes pour avoir des traitements mais ça c'est de ma faute parce que je me suis pas assez bien renseignée. Mais après, j'étais très contente enfin je me serai pas vue faire de suivi sage-femme, c'est quand même super important. »

Enquêteur : « Ok, alors on l'a un petit peu évoqué tout à l'heure mais qu'est-ce-que votre doula vous a apporté de plus que votre entourage ? »

Enquêtée P : « Hum une écoute neutre et vraiment euh... euh comment dire pas du 24 heures sur 24 je ne sais pas comment dire. Elle était tout le temps, tout le temps disponible, donc c'est vrai que quand on s'appelait, je savais qu'elle était là, sur un appel d'une demi-heure ou sur un rendez-vous elle était vraiment là que pour moi. Donc du coup c'était, on pouvait vraiment aller plus en profondeur sur euh... aussi fin je me rappelle sur une séance je me suis mise à pleurer... pleurer pour, pour un petit truc en plus et en fait on est allé décortiquer, on est allé parler de mon précédent accouchement on a reparlé de peurs que j'avais eu au précédent accouchement et ça ce sont des choses que qu'on peut pas forcément nommer avec quelqu'un qui n'est pas formée. Le fait qu'elle soit formée à l'écoute active, formée au soutien vraiment émotionnel et formé à la physio fin comment dire former à la psychologie de la femme enceinte et de la femme en post partum ça fait la grosse différence d'avoir quelqu'un de formé. »

Enquêteur : « Oui, c'est vraiment sur un aspect psychologique ? »

Enquêtée P : « Oh ben oui moi pour avoir vu la formation, je pensais pas qu'on poussait autant sur la psychologie sur ce que ressent la femme sur fin c'est vraiment oui très, très poussé sur euh... »

Enquêteur : « Je vois... Du coup est-ce que vous êtes satisfaite des services qui ont été fournis par votre doula ? »

Enquêtée P : « Ah oui, oui, oui »

Enquêteur : « Ok, est-ce qu'il y a eu un écart entre vos attentes et la réalité de la prestation ? »

Enquêtée P : « Non, parce qu'elle était vraiment au plus près de mes besoins donc euh et puis j'ai-je elle a su me mettre en confiance dès le départ pour que je puisse lui dire aussi vraiment ce que je voulais et ce dont j'avais besoin donc non, j'ai vraiment pas eu d'écart... »

Enquêteur : « Ok d'accord, bon là c'est un petit peu biaisé du coup, mais est-ce que vous conseillerez cet accompagnement à cet entourage ? »

Enquêtée P : « Ah ben oui si je réponds non c'est moyen (rires) euh oui évidemment, mais même avant de me lancer comme doula j'étais vraiment convaincue de ça. »

Enquêteur : « Ok et est-ce que si vous aviez une 4^{ème} grossesse, vous feriez encore appel à une doula ? »

Enquêtée P : « Euh oui, une quatrième grossesse normalement c'est pas prévu comme ça, mais euh, mais oui, si là oui si j'avais une 4^{ème} grossesse non seulement, je ferais appel à une doula, mais je pense que je prendrais la même doula qui connaîtrait déjà ma famille, mes enfants qui pourraient suivre. Ça, ça pourrait être presque le summum d'avoir la même doula sur toutes mes grossesses hum... ça aurait pu être, fin avec du recul je pense que c'est vraiment une personne qui peut être intégrée à la famille tout en restant une professionnelle quand même. Mais oui, si, si je refais appel sans regrets. »

Enquêteur : « Ok d'accord et je voudrais juste savoir, qu'est-ce que vous, vous proposez aux femmes que vous suivez ? »

Enquêtée P : « Alors moi du coup je propose un accompagnement de la préconception en post natal donc déjà pour tous les couples avant même qu'il y ait une femme enceinte. Moi j'ai fait une formation doula qui est assez large et on parle déjà de la préconception donc je peux accompagner des couples en prénatal par exemple pour des couples qui ont du parcours PMA euh ou du désir d'enfant et qui veulent déjà peut être parler de la parentalité avant même de faire des essais, je peux déjà les accompagner. Par exemple j'ai déjà eu une femme, alors je l'ai pas suivi mais on en a déjà parlé, y'avait une future maman ah non elle n'est pas maman en plus, qui était en désir d'enfant, mais qui avait très, très peur avant même d'être enceinte qui avait très, très peur du changement du corps et de l'accouchement. Mais avant même d'être enceinte et elle était en projet bébé donc là il y a un travail énorme de soutien et d'émotion et aussi de décortiquer un peu ses peurs aussi parce que pour qu'un enfant prenne dans un contexte comme ça c'est pas simple quand y'a beaucoup de peur d'ancrées avant même de tomber enceinte c'est vrai qu'il y a déjà du travail qui peut être fait en amont et c'est là aussi que les doulas ne sont pas assez connues c'est qu'il y a des personnes, sur le nombre de femmes qui sont en essai bébé depuis 1 an 1 et demi alors que tous les examens sont bons tout va bien et on leur dit c'est juste dans la tête et elle reste comme ça en fait. Les gynécos leurs disent c'est juste dans la tête il ne faut pas y penser mais il ferait mieux de leur dire aller voir une doula et juste être entendu en disant fin c'est énorme pour ces femmes-là qui se disent mais je suis nulle j'arrive même pas à tomber enceinte je ne suis même pas capable de faire un bébé et en fait elles ont juste, juste être entendu dans cette souffrance là et de pouvoir peut être aller décortiquer leur propre histoire familiale parce que ça... ça a beaucoup de place dans les accompagnements et ben ça peut aider. Mais pour le moment j'ai pas eu vraiment de cliente en préconception. Après, pour la grossesse les clientes que j'ai eu prenaient d'abord rendez-vous pour un massage femme enceinte et puis finalement moi j'arrive pas à faire un massage juste pour faire un massage donc on a toujours, même pour celle qui prenne rendez-vous juste pour un massage, je l'ai vois au moins une demi-heure avant le massage, on prend le temps discuter de savoir comment se passe la grossesse et j'ai une maman une fois elle m'a fait sourire parce qu'on a

fait le soin et puis on parlait de l'après du post partum qu'elle le sentait mais je me suis dit là il lui faut un accompagnement mais sans lui dire mais il vous faut un suivi doula fin c'est pareil je lui ai proposé en lui expliquant que je pouvais proposer plus et qu'au-delà du soin on pouvait se voir pour échanger de tout ça sur un rendez-vous ultérieur. Moi je propose du coup des rendez-vous d'1 h 30, je suis en train de peaufiner ma plaquette, je propose des rendez-vous d'accompagnement soit à domicile soit chez moi j'ai aménagé une pièce chez moi en préconception, en grossesse en fonction voilà des besoins de la femme enceinte. Comme j'ai fait beaucoup de formation en soin en plus du coup je peux proposer de la réflexologie, j'ai une formation en shiatsu périnatal aussi et j'utilise les tissus rebozo. Donc je fais du mix en fait, y'a peut-être pas de hasard en fait car quand j'ai choisi ma doula c'est ce que j'ai dit à mon mari, j'ai dit c'est moi fin c'est moi, je lui ai dit : « j'ai l'impression de me voir avec quelques années de plus et c'est vraiment la doula comme j'ai envie d'être. » Donc vraiment je me suis dirigée vers quelqu'un qui proposait les accompagnements que j'avais vraiment envie de proposer. Donc c'est vrai que du coup ben moi ça a été très fluide pour moi quand j'ai voulu faire mes propositions parce-que parce que c'est un peu ce dont j'ai pu bénéficier. La seule différence c'est que je propose aussi si besoin de l'accompagnement pour les fausses-couches qui sont pas... l'accompagnement émotionnel autour des fausses couches. Donc, ça peut être même allé jusqu'à accompagner la femme à la maternité parce qu'en plus chez nous, elles sont hospitalisées en maternité quand elles font une fausse-couche donc c'est pas l'idéal de se retrouver avec d'autres mamans qui ont des bébés... et après fermer ce chapitre là un peu au travers d'un soin et puis je propose pas d'accompagnement naissance mais je propose des visites à domicile en post natal pour de l'aide d'organisation à la maison, l'aide pour s'occuper un peu des aînés s'il y a des aînés et puis beaucoup de soin aussi autour de la femme dans ma formation on insiste beaucoup là-dessus. De refermer un peu le portail de la naissance au travers de soins énergétiques. Ça j'en propose et puis du conseil et du suivi en allaitement, j'ai fait deux formations en allaitement aussi en 2019. »

Enquêteur : « Ok et ben merci beaucoup en tout cas pour toutes vos réponses, très... très intéressantes. »

Annexes

Annexe 1 : Post partagé sur les réseaux sociaux

Annexe 2 : Affiche partagée aux doulas

Annexe 3 : Tableau synoptique

Annexe 4 : Grille d'analyse transversale

Annexe 1 : Post partagé sur les réseaux sociaux

Bonjour cher réseau 🙌
J'ai besoin de vous ! 🇫🇷

? Nous préparons actuellement notre mémoire de fin d'année de master 2 Administration des Interventions Sociales et de Santé (AISS) avec Maude Genet, Jeanne Brishoual et Enora Le Raheer. Notre mémoire porte sur le sujet :

" Parcours de soins en périnatalité : pourquoi certaines femmes recourent-elles à une doula ? "

🔍 Nous sommes à la recherche de femmes ayant eu recours à une doula au cours de leur vie pour nous partager leurs expériences

📅 Des femmes disponibles pour réaliser des entretiens en notre compagnie du 26 décembre au 1er février en visioconférence ou en face à face

🕒 Les entretiens durent entre 45 minutes et 1 heure

🎧 Les entretiens seront enregistrés pour une meilleure retranscription mais resteront anonymes

Si vous êtes intéressée ou si vous connaissez quelqu'un qui le serait, n'hésitez pas à nous contacter (et à partager !)

Université Bretagne Sud Fondation UBS





BONJOUR À TOUTES ET À TOUS,
NOUS AVONS BESOIN DE VOUS !

NOUS SOMMES 4 ÉTUDIANTES EN MASTER
INTERVENTION ET DÉVELOPPEMENT SOCIAL ET
NOUS RÉALISONS NOTRE MÉMOIRE DE FIN
D'ÉTUDES SUR LE SUJET SUIVANT : 

"PARCOURS DE SOINS EN
PÉRINATALITÉ : POURQUOI CERTAINES
FEMMES RECOURENT-ELLES À UNE
DOULA ?" 

 NOUS SOMMES À LA RECHERCHE DE FEMMES
AYANT RECOURS OU AYANT EU RECOURS À UNE
DOULA AU COURS DE LEUR VIE, AFIN DE NOUS
PARTAGER LEURS EXPÉRIENCES.

DES FEMMES DISPONIBLES POUR RÉALISER DES
ENTRETIENS DU 15 JANVIER AU 26 JANVIER,
EN VISIOCONFÉRENCE OU EN FACE À FACE. 
LES ENTRETIENS DURERONT ENTRE 45
MINUTES ET 1 HEURE.

 SI VOUS ÊTES INTÉRESSÉES OU SI VOUS
CONNAISSAIEZ QUELQU'UN QUI LE SERAIT,
N'HÉSITEZ PAS À NOUS CONTACTER ET À
PARTAGER !

CONTACTS

 JEANNE BRISHOUAL - 07 50 92 28 97
MAUDE GENET - 06 76 42 88 82
ANAIS LÉCULLIÉ - 06 42 40 81 98
ENORA LERAHER - 06 78 10 04 27

Annexe 3 : Tableau synoptique

Code de l'entretien	Profession & catégorie socio-professionnelle	Dépt	Âge	Nombre d'enfants	Expérience future ou passée	Période d'accompagnement	Séance proposées	Présence accouchement	Durée de l'entretien
A	Prothésiste dentaire	57	43 ans	3	Passée	De 4 mois de grossesse à 3 mois après accouchement	Accompagnement émotionnel des parents Préparation à l'accouchement Soins rebozo et massage Entretien de la maison Atelier de portage Séance collective	Oui en maternité	45 minutes
B	Gestalt praticienne	44	34 ans	1	Passée	Du 1er mois jusqu'au postnatal	Accompagnement émotionnel et à la parentalité Soins rebozo et massage Permanence WhatsApp	Oui à domicile	55 minutes
C	Bibliothécaire	85	35 ans	2 + 1 en cours	En cours Enceinte	Dès le 1er mois	Accompagnement émotionnel Soins rebozo, et massage Permanence écrite	Non prévu. Accouche à l'hôpital	50 minutes
D	Aide-soignante	57	24 ans	1 + 1 en cours	En cours Enceinte	Dès le parcours PMA	Préparation psychologique à l'accouchement Accompagnement émotionnel Permanence écrite	Non accouchement prévu à domicile	28 minutes

E	Kinésiologue	35	35 ans	2	Passée	A partir du 3ème mois jusqu'au début du post-partum	Discussions Préparation à l'accouchement Massage Atelier portage	Non car l'hôpital n'autorise qu'une seule personne. mais elle aurait pu être là au pré-travail si la mère le voulait. mais c'était soit la doula, soit le mari.	29 minutes
F	Doula	13	27 ans	2	Passée	A partir du 2ème trimestre, vers le 5ème mois de grossesse jusqu'au post-partum	Discussions Projet de naissance Contact avec des sage-femmes pour un accouchement à domicile Resserrage du bassin WhatsApp	Non, car compliqué d'avoir 2 personnes à la maternité. Ce n'était pas prévu.	22 minutes
G	Coiffeuse et doula	49	33 ans	2	Passée	En post-partum après la naissance de sa 2ème fille	Discussions A l'écoute Relais pour de l'aide dans la maison Soins par le corps : rebozo Resserrage du bassin	Non car l'accompagnement a commencé à la suite de l'accouchement à domicile	37 minutes
H	Esthéticienne et doula	44	34 ans	2	Passée	Durant le 3ème trimestre, pendant le 7ème mois de la grossesse, juste 1 mois.	Accompagnement de groupe par visio Discussions Préparation à l'accouchement Gérer les contractions Construction du plan de naissance Aide dans le choix de la maternité Groupe WhatsApp	Non	38 minutes

I	Infirmière puéricultrice	71	34 ans	2	Passé	Au 7 mois de grossesse	Communication Massages Soin rebozo Atelier peinture Consommation de son placenta en smoothie Préparation de plats	Oui, à domicile	36 minutes
J	Cadre du secteur bancaire	57	38 ans	1	Passé	A la fin du 5ème mois	Questionnement sur la grossesse et le post-partum Communication	Non	24 minutes
K	Assistante dentaire	56	28 ans	1 + 1 en cours	En cours Enceinte	Post-partum pour le 1er enfant 1 séance en début de grossesse et une autre séance au 8ème mois	Le regard des personnes Communication Besoin d'écoute Proposition de position pour l'accouchement	Non	32 minutes
L	Ergothérapeute	85	29 ans	2	Passée	Dès le 4ème mois	Accompagnement pour la famille Accompagnement émotionnelle Soin rebozo	Non	21 minutes
M	Doula	35	29 ans	1	Passée	Dès le 3ème mois	Beaucoup de questionnements, de discussions, d'écoute Montrait des mouvements (positions, points d'acupressions)	Non	27 minutes
N	Travaille dans une collectivité territoriale pour	85	31 ans	1	Passée	Vers 6 - 7 mois de grossesse + post-partum	Communication Besoin d'écoute Soin rebozo	Non	45 minutes

	l'agriculture et l'alimentation						WhatsApp Hypno natal		
O	Médiatrice familiale	35	30 ans	2	Passée	Vers 6 -7 mois de grossesse	Post-partum Atelier de berceement/massage Maman Blessing WhatsApp Gestion émotion	Non	35 minutes
P	Infirmière à temps partiel Doula	85	30 ans	3	Passée	Appelé au 3-4ème mois. Ce sont vues au 6-7ème mois et en post partum.	Post-partum Mama Blessing Discussion, échanges Massages WhatsApp	Non	42 minutes

Annexe 4 : Grille d'analyse transversale

Thématiques	Idées fortes associées	Verbatims	Code entretien
Comment avez-vous eu connaissance de l'existence des doulas ?	Bouche-à-oreille	« par rapport à des amis à moi qui travaillent en fait, dans la communication bienveillante »	A
		« c'est une cliente de l'institut qui... qui m'a dit qu'elle connaissait une doula sur les réseaux sociaux. »	H
		« médecin généraliste [...] sa femme avait accouché quelques temps avant et qu'ils avaient eu recours à une doula »	J
	Au sein de formation	« J'ai participé à des cercles de femmes [...] Elle nous a parlé des doulas »	B
		« cercles de femmes [...] ça m'a amené vers les doulas »	N
		« j'ai fait une formation de massage et et il y avait une doula qui qui formait et j'ai compris ce qu'était ce métier à ce moment-là . »	M
	Recherches par soi-même : internet, livres, réseaux sociaux, podcasts	« Beaucoup lu. Je me suis beaucoup préparée, j'ai...fais pas mal de... enfin voilà, de recherches. Beaucoup lu, pas mal, beaucoup les réseaux sociaux. »	C
		« j'ai commencé à me mettre un peu sur des groupes euh Facebook [...] j'ai entendu parler des, des doulas »	D
		« c'est là, en lisant, que j'ai connu les doulas [...] dans des livres, il me semble, sur internet aussi et les réseaux sociaux »	F
		« par le biais des réseaux sociaux. Euh..., j'en suivais une, sans savoir que c'était un métier, euh... ouais je suivais une page, voilà »	G
	Intérêt pour les approches alternatives en matière de santé	« je commençais à écouter des podcasts et du coup j'étais tombée sur les chaînes de podcast d'une doula québécoise »	P
	Participation à un évènement	« j'ai toujours été dans les choses un peu alternatives, enfin donc... voilà. C'était quelque chose ouais, qui m'attirait. »	E
		« pour faire du yoga prénatal dans un groupe de mamans qui sont enceintes. Et par la même occasion elle m'a parlé d'un moment d'échange entre une doula et elle et d'autres mamans »	I

	Cadeau de la part de ses amis (soins post-partum)	« j'ai eu connaissance avec mes copains qui m'ont offert le soin post-partum avec une doula »	K
	Parcours de vie féministe	« j'ai un parcours euh euh euh de conscience féministe on va dire depuis euh depuis plusieurs années donc c'est vrai que tout ce qui tourne autour de la femme de son corps de sa réappropriation moi c'est quelque chose qui euh que je suis et pour lequel je suis à l'écoute »	N
	Émission de télé la « maison des maternelles »	« j'ai découvert la doula par l'émission La Maison des maternelles. »	L
	Ne se souvient plus	« je ne sais pas enfin y'a tellement d'infos qu'on reçoit quand on a un enfant (rires) je ne saurais pas vous dire, je suis incapable de vous dire. »	O
De quelle manière avez-vous trouvé votre doula ?	Les réseaux sociaux	« Alors là, c'est les réseaux sociaux »	A
		« Je l'ai aussi découvert via l'inter... en fait, c'est via les réseaux sociaux mais c'est via l'intermédiaire d'un... autre professionnel, une réflexologue »	C
		« c'est quelqu'un qui avait partagé dans mes, dans mes contacts sur euh Facebook »	D
		« Sur les réseaux sociaux [...] Instagram »	L
	C'était une connaissance, dans le réseau, le bouche à oreille	« C'était euh une personne que je connaissais déjà et c'est une personne qui s'est reconvertie pour être doula »	B
		« j'ai cherché une doula qui était dans mon réseau »	M
		« c'est une cliente de l'institut [...] elle m'a conseillé de la contacter »	H
		« elle m'a été recommandé par une autre doula »	F
		« c'était par du bouche à oreille, c'était une copine qui m'a fait connaître »	K
		« c'est une de mes amies qui savait que..., que je m'orientais vers cette activité, qui m'a dit : " Tiens, regarde, y a une doula à Vallet !" »	G
	Sur internet	« Je l'ai trouvé sur Internet, j'ai regardé euh voilà, c'était la première qui ressortait sur Fougères.»	E
		« médecin généraliste [...] sa femme avait accouché quelques temps avant et qu'ils avaient eu recours à une doula »	J
		« sur google [...] J'ai tapé doula vendée je suis tombée sur le site »	N
« j'ai un peu cherché sur internet les doulas qu'il y avait dans mon département et puis je suis tombée sur plusieurs »		P	

	Un groupe d'échanges, un cercle de femmes	« c'est pendant ces groupes d'échanges entre maman et ma kiné et de la doula »	I
		« j'ai participé à un groupe de parole qu'elle animait »	O
Qui vous a orienté vers une doula ?	Médecin généraliste	« un médecin généraliste [...] sa femme avait accouché quelques temps avant et qu'ils avaient eu recours à une doula »	J
	Un proche, une amie, une connaissance	« alors, c'est une de mes amies qui savait que..., que je m'orientais vers cette activité, qui m'a dit : " Tiens, regarde, y a une doula à Vallet !" [...] Et donc euh... c'est comme ça que je l'ai trouvé. »	G
		« par rapport à des amis à moi qui travaillent en fait, dans la communication bienveillante »	A
		« Des gens qui me l'ont recommandé, euh... qui ont eu affaire à elle pendant l'allaitement, pendant le... des... des séances de portage »	
		« il y a un article dans le journal d'une doula [...] ma mère, elle m'a envoyé l'article et puis j'en ai cherché une du coup »	D
		« c'est une cliente de l'institut qui m'a dit qu'elle connaissait une doula sur les réseaux sociaux [...] elle m'a conseillé de la contacter »	H
		« c'est pendant ces groupes d'échange entre maman et ma kiné et de la doula »	I
		« mes copains qui m'ont offert le soin post-partum »	K
	Indirectement via les réseaux sociaux d'une réflexologue	« via l'intermédiaire d'un... autre professionnel, une réflexologue »	C
	Démarche personnelle	« c'était euh une personne que je connaissais déjà et c'est une personne qui s'est reconvertie pour être doula [...] naturellement j'ai pensé à elle »	B
		« c'est vraiment moi toute seule qui ait fait mes recherches »	P
« on l'a découverte par Instagram »		L	
« Je l'ai trouvé sur Internet, j'ai regardé euh voilà, c'était la première qui ressortait sur Fougères »		E	
« c'est là, en lisant, que j'ai connu les doulas »		F	
« j'ai cherché une doula qui était dans mon réseau à ce moment-là quoi fin que je que je connaissais plus ou moins déjà un petit peu »		M	
	« sur google (rires) j'ai tapé doulas Vendée »	N	

		<i>« j'ai participé à un groupe de parole qu'elle animait [...] je me suis dit ben ben que le jour où j'attendrais mon deuxième enfant j'aimerai bien qu'elle m'accompagne »</i>	O
Sur quels critères avez-vous choisi cette doula ?	Au feeling	<i>« Elle m'a vraiment inspiré confiance tout de suite »</i>	A
		<i>« beaucoup apprécié son... bah sa façon d'être dans les cercles de femmes et que euh... à ce moment-là, j'étais moi-même euh... bah dans le parcours euh... pour devenir maman. Naturellement, j'ai pensé à elle »</i>	B
		<i>« C'est un peu au feeling »</i>	C
		<i>« Le feeling tout de suite euh c'est très vite installé donc euh j'ai pas eu besoin d'aller chercher ailleurs. »</i>	D
		<i>« au niveau humain il y a vraiment quelque chose qui a marché entre nous »</i>	I
		<i>« le feeling est passé tout de suite »</i>	L
		<i>« je voulais vraiment que le feeling passe avec la doula et que je me sente bien toute suite »</i>	P
		<i>« elle était très douce je me suis dit allé je vais faire confiance à cette personne là »</i>	N
	La zone géographique (proximité)	<i>« Puis, y en a pas non plus euh des tonnes et des tonnes hein. Donc j'ai aussi fait par euh... hum hum... zone géographique »</i>	C
		<i>« c'était elle la plus proche de chez moi »</i>	D
		<i>« j'ai pris celle qui était la plus proche de chez moi »</i>	F
		<i>« par la proximité comme elle habite sur Quimperlé, ce n'est pas très loin de la maison, c'est accessible. »</i>	K
		<i>« c'était la seule doula qui était proche de chez moi et qui pouvait se déplacer »</i>	G
		<i>« il y avait beaucoup la proximité »</i>	J
	La façon d'être et qualités relationnelles)	<i>« j'en ai sélectionné deux qui étaient pas très loin au niveau distance »</i>	P
<i>« c'était sa..., sa voix, sa bienveillance, son écoute [...] elle était hyper chaleureuse et maternante [...] la façon d'être quoi, très chaleureuse »</i>		E	
		<i>« car elle a vraiment les réponses adaptées puis elle s'adapte à notre fin en termes de physiologie et elle s'adapte aussi à moi en tant que personne »</i>	I

		« sa capacité à accueillir les émotions sans fin en étant dans l'empathie sans être submergé fin voilà être à une juste distance au niveau émotionnel »	O
La formation, les compétences, l'expérience		« j'ai vraiment regardé leur profil et ce qu'elles proposaient en termes de compétences. »	C
		« c'était elle qui euh via ses réseaux, expliquait au mieux également le... le contenu de son métier, ce qu'elle y proposait »	D
		« la connaissance et de la technique de travail »	E
		« sur l'expérience, je cherchais quelqu'un qui avait de l'expérience, quelqu'un qui allait m'apporter autre chose que des informations »	M
	Pas de critères	« j'ai pas eu besoin d'avoir de critères ou de choisir quelqu'un d'autre. »	H
Les séances proposées	« Le fait, vraiment qu'elle propose surtout un accompagnement [...] émotionnel, psychologique [...] surtout dans l'échange et dans de la discussion. »	C	
La démarche proposée	« au niveau de sa démarche ça me paraît bien parce que c'est ce que je cherchais en termes de suivi. »	J	
La vision de l'accompagnement		« la vision qu'elle avait de la périnatalité et de l'accompagnement du coup auprès des femmes et des familles en général nous a tout de suite plu »	L
		« je cherchais quelqu'un qui euh qui était un peu perché parce que je voulais avoir d'autres informations que les trucs très terre à terre qu'on pouvait avoir dans le milieu médical. »	M
Oui	Oui	« Ils m'ont offert ça pour mon anniversaire et pour la naissance de mon fils en 2021. [...] Et je l'ai revu une deuxième fois pour un soin pour ma deuxième grossesse et je la revois au 8ème mois. »	K
	Oui, pour le 1er enfant	« j'ai un enfant qui est né du coup, il y a 2 ans, c'est mon seul enfant. »	B
		« c'est mon premier, pour l'instant. »	J
		« j'ai une petite fille de 2 ans et demi. »	M
		« On en a qu'un. »	N
		« j'ai un enfant euh qui aura euh 4 ans en mars. »	D
		« C'est pour ma deuxième grossesse que j'ai fait appel à une doula »	E
« J'ai fait appel à une doula qu'à ma deuxième grossesse, pas pour ma première »		F	

Avez-vous eu recours à une doula pour chacune de vos grossesses ?	Non, pour la 2ème grossesse	<i>« ça s'est passé pour la naissance de ma deuxième fille »</i>	G
		<i>« quand j'étais enceinte de mon 2ème enfant, j'ai appelé en fait une professeure de yoga, qui est kiné et qui m'a dit bah pas de soucis pour faire du yoga prénatal dans un groupe de mamans qui sont enceintes. Et par la même occasion elle m'a parlé d'un moment d'échange entre une doula et elle et d'autres mamans et en fait ce sont des groupes qu'elles montent et donc c'est par cette occasion que j'ai pu rencontrer une doula. »</i>	I
		<i>« mais une première grossesse..une première grossesse c'est trop rapide donc on a pas pu mettre ça en place et du coup quand on est tombé enceinte de notre deuxième on..on voulait du coup pouvoir faire intervenir une doula auprès de nous. »</i>	L
		<i>« la première j'ai découvert euh plutôt pendant fin je veux dire pendant le suivi fin c'était moins prévu c'était pas prévu avant alors que la deuxième grossesse avant même de concevoir le bébé c'était déjà prévu dans ma tête. »</i>	O
		<i>« Après euh l'accouchement de mon fils qui s'est mal passé euh je, j'ai commencé à me mettre un peu sur des groupes euh Facebook en l'occurrence, euh... pour euh pour comprendre euh... un peu que la naissance n'était pas respectée et tout ça, et puis après j'ai fait mon cheminement et puis dans groupes du coup, j'ai entendu parler des des doulas »</i>	D
	Non, pour la 3ème grossesse	<i>« mon recours à la doula pour le troisième »</i>	A
		<i>« quand on a eu, on a eu souhait d'avoir un 3e enfant, je savais que je ferais un suivi avec une doula en parallèle de ma sage-femme »</i>	C
		<i>« Et du coup là pour ma troisième grossesse j'ai vraiment eu envie de de faire un suivi avec une doula en plus. »</i>	P
	Dépression post-partum	<i>« y'en a plusieurs qui sont venues parce qu'elles avaient peur de la dépression post partum et d'être mal organisées en post partum. Soit parce qu'elles ont déjà eu un premier bébé et que le premier post partum était horrible donc elles ont peur et elles veulent prévoir ça. Soit parce qu'elles ont des antécédents de dépression et donc elles ont peur de retomber là-dedans avec l'arrivée de leur bébé. »</i>	M
		<i>« j'ai fait un début de dépression post-partum après ma première grossesse »</i>	K
<i>« je vais pas dire que j'ai mal vécu mon post-partum, mais j'ai fait une dépression post-partum »</i>		H	

Les raisons qui ont conduit à une doula ?		« j'ai fait une grosse dépression post-partum »	C
		« je suis passée par une dépression du post-partum »	G
		« j'avais fait un espèce de début de burn out parental »	P
		« J'ai très mal vécu [...] le post-partum. Et puis, un post-partum en confinement (rire), c'est pas pareil. »	A
	Accompagnement émotionnel	« on voulait un accompagnement plus émotionnel et pas médical »	L
		« La raison majeure, c'était euh... L'accompagnement émotionnel »	B
		« Un soutien émotionnel »	B
		« un accompagnement psychologique. Enfin, émotionnel »	C
		« sur le plan émotionnel »	D
		« tout ce qui est émotionnel »	E
		« nos attentes à nous, c'était vraiment le côté émotionnel »	G
		« j'embaucherai une doula plus pour du soutien euh euh logistique et émotionnel »	M
		« juste de pouvoir moi exprimer mes émotions euh sans avoir à recevoir celles de l'autre »	N
		« une juste distance émotionnelle »	O
	« se faire accompagner au niveau des émotions »	P	
	Accompagnement psychologique	« une doula bien formée, elle peut euh... donner beaucoup plus en fait euh... psychologiquement qu'une sage-femme, voilà »	A
		« je voulais SURTOUT un accompagnement psychologique »	C
« J'avais et je me suis bien rendu compte aussi sur le début de ma grossesse, même si j'avais des cours de préparation à l'accouchement, que le suivi médical, c'était très très très médical et que voilà ça ne prenait pas trop en compte d'autres aspects, notamment l'aspect psychologique »		J	
« Là on est en train de parler pour mieux préparer psychologiquement et physiquement mon deuxième accouchement par d'autres méthodes que me proposent ma sage-femme. »		K	

Les raisons qui ont conduit à une doula ?		<i>« Oh ben oui moi pour avoir vu la formation je pensais pas qu'on poussait autant sur la psychologie sur ce que ressent la femme sur fin c'est vraiment oui très très poussé »</i>	P
	Besoin de disponibilité	<i>« Elle était tout le temps, tout le temps disponible »</i>	P
		<i>« Elle est disponible hein, je lui envoie un message sur les réseaux »</i>	D
		<i>« à tout moment elle est disponible » « c'est vraiment cette disponibilité-là, qui m'a plu »</i>	F
		<i>« Après elle se rendait disponible »</i>	J
		<i>« j'attendais qu'elle soit disponible »</i>	M
		<i>« Donc en fait c'est surtout pour me rassurer sur le fait que si j'avais besoin il y avait quelqu'un qui était disponible. »</i>	O
	Besoin de discussions, d'échanges	<i>« surtout dans l'échange et dans de la discussion » « Donc vraiment avoir un temps d'échange et de discussion, enfin vraiment avoir un endroit où je puisse euh vraiment euh tout, tout dire. »</i>	C
		<i>« c'était de la discussion »</i>	E
		<i>« ça a été plutôt des discussions » « elle proposait des discussions à travers WhatsApp »</i>	G
		<i>« Alors, une séance dure 3 heures. Il y a un soin, une discussion en début de séance et on refait le point sur le soin et si j'ai déjà réfléchi, des axes sur des choses sur moi »</i>	K
		<i>« nous le choix qu'on faisait c'était beaucoup de discussion autour de où est-ce qu'on en était...heu...suite à la grossesse »</i>	L
		<i>« Donc les premières séances ça a vraiment été que de la discussion. »</i>	P
	Empowerment	<i>« maître de son accouchement »</i>	F
		<i>« pour avoir quelqu'un de son côté quand il y a des choix à prendre [...] pour ne pas se laisser avoir »</i>	D
<i>« je voulais absolument m'assurer que je ne serais pas toute seule si jamais j'avais une intuition, et que dans cette période euh... hyper vulnérable qu'est le post-partum, euh... il y aurait quelqu'un pour me dire : " Ecoute toi, peut-</i>		G	

Les raisons qui ont conduit à une doula ?		<i>être qu'il faut taper du poing sur la table si tu sens qu'il y a un problème, il faut creuser ! “ ».</i>	
	Besoin de soutien	<i>« Ah ben c'était vraiment un soutien et une écoute une écoute bienveillante. » « il y a un travail énorme de soutien et d'émotion »</i>	P
		<i>« ce soutien extérieur euh d'une femme » « J'avais quand même besoin d'une présence, d'un soutien »</i>	B
		<i>« J'ai besoin d'avoir le soutien d'une femme »</i>	D
		<i>« des points d'appui pour l'après et surtout ne pas revivre les mêmes déboires, la solitude, le manque de soutien émotionnel »</i>	G
		<i>« Je cherchais une expérience en fait, un soutien »</i>	I
		<i>« mais aussi du soutien dans les prises de décisions que j'ai eu à prendre, notamment bah au moment de décider de faire une césarienne, voilà »</i>	J
		<i>« on était beaucoup plus confiant, plus serein et elle à été vraiment d'un très grand soutien ! »</i>	L
		<i>« Ouais c'était un soutien c'était une femme qui avait plus d'expériences que moi, c'était je pense moi c'était très important que sa la vision de qui elle était, elle m'inspirait en fait cette femme, elle m'inspirait donc j'avais envie de lui confier des trucs »</i>	M
	Besoin d'écoute	<i>« je sentais que j'allais avoir besoin de plus de soutien euh pour cette grossesse et pour après surtout » « je préfère mettre toutes les chances de mon côté et avoir du soutien d'avance quitte à ce que ça ne sert pas et d'ailleurs la doula que j'ai choisi c'est ce que je lui ai dit au départ quand elle m'a demandé mes besoins »</i>	P
		<i>« M'écouter, pour euh que je puisse voilà, vraiment parler en confiance, être dans une bulle de douceur et de de de confiance » « C'est surtout moi qui parle et puis elle qui m'écoute »</i>	C
		<i>« sa voix, sa bienveillance, son écoute. Voilà, déjà rien que le premier entretien au téléphone, elle était hyper chaleureuse et maternante. »</i>	E
		<i>« Euh vraiment une personne qui m'écoute et qu'elle me transmette les informations utiles et sans influencer ni conseiller quoi »</i>	F

		« elle a été vraiment plutôt dans l'écoute [...] Donc ça a été plutôt un ..., une personne d'appui, d'écoute et rassurante »	G
		« elle m'a surtout proposé son écoute »	G
		« une doula ça va être plutôt quelqu'un qui va être à l'écoute, elle va être plutôt pour notre bien-être mentale et physique »	K
		« beaucoup d'écoute de sa part »	M
		« j'avais besoin de parler j'avais besoin qu'on m'écoute »	N
	Avoir la capacité de réaliser un accouchement plus physiologique	« Mon but premier, c'était l'accouchement naturel sans péridurale [...] et d'avoir vraiment quelqu'un qui allait me dire : "Allez t'es capable quoi, t'es capable de t'es fait pour ça" [...] On en revient à l'idée du coach en fait, vraiment d'avoir quelqu'un qui est allé me dire : " Ben voilà quoi, t'es forte, tu peux le faire, pense à ton enfant, tu es une fleur, ouvre-toi quoi " »	A
		« je souhaitais faire l'accouchement à domicile, est-ce qu'elle pouvait être présente, comment on pouvait s'organiser et tout. »	B
		« On a beaucoup travaillé sur l'accouchement naturel, sans péri, enfin l'accouchement physiologique. »	E
	Un soutien émotionnel et post partum	« Le fait de pas [...] De pas être seule et d'avoir vraiment quelqu'un à 100% pour moi, pendant mon travail en fait, qui va... qui va me masser... qui va m'aider à prendre les positions »	A
		« L'accompagnement émotionnel, du soutien [...] me soutenir dans les... moments difficiles »	B
		« Et puis, à travers aussi les petits, les différents petits soins, qu'elle puisse proposer pour m'aider à relativiser à aller bien, à prendre du temps pour moi »	C
		« Qu'elle m'aide à me recentrer hein sur moi-même, qu'elle me pose des bonnes questions pour euh... pour m'amener à de bonnes réflexions à avoir, sur réellement ce que je veux moi et pas ce que... d'autres voudraient pour moi »	D
		« j'avais plutôt besoin d'être rassurée sur ce qui était légal de faire en France par rapport à... l'accouchement »	E
		« j'avais une grosse attente de..., euh... d'un soutien émotionnel »	
		« je voulais absolument m'assurer que je ne serais pas toute seule si jamais j'avais une intuition, et que dans cette période euh... hyper vulnérable qu'est	G

Quelles sont vos attentes envers la doula ?		<i>le post-partum, euh... il y aurait quelqu'un pour me dire : "Ecoute toi, peut-être qu'il faut taper du point sur la table si tu sens qu'il y a un problème, il faut creuser ! " »</i>	
		<i>« peut-être aussi un peu au niveau du post-partum car je sais que parfois ça peut être compliqué »</i>	J
		<i>« des choses où l'on peut travailler ensemble car je n'avais plus de recul sur moi-même. »</i>	K
		<i>« moi le gros sujet c'était le post partum, j'avais vraiment envie de préparer le post partum de sentir qu'il y aurait quelqu'un qui serait là pour me soutenir si j'avais besoin, un professionnel quoi »</i>	O
		<i>« c'était vraiment sur l'organisation de l'après » « sur le plan émotionnel moi j'avais peur de de me sentir dépassée et même de vraiment péter un plomb donc je voulais vraiment du soutien extérieur »</i>	P
	Un lieu de discussion, d'écoute, de partage	<i>« L'accompagnement émotionnel, du soutien euh... d'une autre femme qui est déjà PASSEE par là »</i>	B
		<i>« De pouvoir euh venir parler, de toutes mes angoisses [...] vraiment avoir un temps d'échange et de discussion, enfin vraiment avoir un endroit où je puisse tout dire. » « j'avais vraiment besoin d'un accompagnement plutôt euh... humain et bienveillant » « D'avoir quelqu'un qui soit là pour m'écouter, vraiment parler en confiance, être dans une bulle de douceur et de de de confiance » « C'est surtout moi qui parle et puis elle qui m'écoute »</i>	C
		<i>« Je voulais une doula bienveillante, qui soit vraiment à l'écoute, et... qui ne m'influence pas [...] vraiment une personne qui m'écoute et qu'elle me transmette les informations utiles et sans influencer ni conseiller quoi »</i>	F
		<i>« de pouvoir avoir des outils qui m'aideront à m'adapter [...] avoir les clés pour pouvoir réagir en cas de problème »</i>	H
		<i>« quelqu'un qui m'écoute et qui me donne des idées, de part ça formations et son expérience des idées d'axe à travailler »</i>	K
		<i>« un moment plus privilégié avec quelqu'un sur un temps un peu plus long, et quelqu'un qui nous connaisse un peu plus en profondeur [...] On voulait quelqu'un d'un peu plus intime qui nous accompagne. »</i>	L

		<i>« j'attendais qu'elle réponde à mes questions. Qu'elle me donne [...] des films, des livres, des références quoi à regarder, à fouiller pour m'informer, euh j'attendais qu'elle soit disponible si j'avais un doute une peur un truc. »</i>	M
		<i>« je crois que j'avais besoin de parler [...] j'avais besoin qu'on m'écoute [...] comment dire une expérience euh euh universelle entre guillemet, objective. Et c'est vraiment ça que je venais chercher, cette objectivité et juste de pouvoir moi exprimer mes émotions »</i>	N
	Pas d'attentes particulières	<i>« Bah je n'avais pas d'attente, je ne savais pas ce qu'elle allait m'apporter. »</i>	I
Une professionnelle formée		<i>« Elle est quand même formée [...] Comment utiliser l'écharpe euh... pour se suspendre, pour accélérer ton travail, pour soulager les douleurs, quelle position adopter, quel euh...quel mantra répéter, comment respirer. »</i>	A
		<i>« une connaissance de la physiologie de l'accouchement, de la philosophie de la vie, de la femme »</i>	J
		<i>« de femmes à femmes »</i>	C
		<i>« c'est son métier donc elle est obligée d'écouter et d'accompagner ce qui n'est pas forcément le cas de famille qui aura peut-être d'autres choses en tête »</i> <i>« Passionnée par euh... la périnatalité, euh... Ca fait que, je pouvais euh... tout le temps de lui en parler, tout le temps de lui partager mes ressentis [...] qu'ils soient joyeux ou... Plus difficiles et qu'elle les accueillait toujours »</i>	B
		<i>« un lien de confiance qui s'est installé »</i>	G
		<i>« un accompagnement personnalisé, bienveillant »</i> <i>« sur mesure »</i>	H
		<i>« la doula c'est secret [...] elle comprend, elle ne juge pas et elle est là que pour nous »</i>	L
		<i>« le recul, le fait qu'elle ne connaît pas forcément mon vécu, qu'elle ne connaît pas, en fait qu'elle est neutre, elle est neutre et du coup elle ne peut pas dire : "Oui, mais tu as fait ça la dernière fois », déjà, il y a ce truc-là. »</i>	F
	<i>« Ben du coup j'ai dit une juste distance, un accompagnement émotionnel, euh du non jugement, de la neutralité, et puis ben du coup j'ai choisi quelqu'un qui avait les mêmes valeurs que moi aussi. »</i>	O	

Pourquoi une doula et pas un professionnel de santé ou une personne de l'entourage ?		<i>« Bah... je dirais, la connaissance, le non-jugement, la connaissance, l'organisation. Clairement hein..., il y a un regard professionnel, où il y a des trucs organisationnels où on se disait : " Ah ouais, c'est vrai, je n'y aurais pas pensé !" »</i>	E
		<i>« Alors déjà euh... l'objectivité, aucune prise de position, aucun jugement. Parce que même dès fois euh... des gens de notre entourage que..., qui veulent être bienveillants et juste être à l'écoute, fin, on les connaît aussi..., on connaît les réactions et les mimiques et dans tous les cas elles peuvent pas être objectives ces personnes-là. »</i>	H
		<i>« Justement, un avis et une vision extérieure sans jugement et heu... et vraiment neutre aussi bien sur moi »</i>	K
	Une distanciation vis-à-vis de la famille	<i>« Euh ben elle m'a apporté aussi je pense un accompagnement dénué d'affects aussi et dénué de euh d'une histoire personnelle qui peut être longue. »</i>	N
		<i>« Parce que même dès fois euh... des gens de notre entourage que..., qui veulent être bienveillants et juste être à l'écoute, fin, on les connaît aussi..., on connaît les réactions et les mimiques et dans tous les cas elles peuvent pas être objectives ces personnes-là. Alors que la doula, elle va vraiment être extérieure et euh... et la doula en fait elle s'adapte à..., à notre histoire et l'accompagnement quelle est censée proposer, est vraiment un accompagnement sur mesure »</i>	H
		<i>« une question de génération, notamment avec ma maman, par exemple qui sont pas du tout sur les mêmes questionnements. Ni sur les mêmes bouleversements. »</i>	C
		<i>« Et ben avec ma doula je peux me plaindre de mes proches. » « Et avec l'arrivée d'un nouveau bébé c'est un nouveau statut pour tout le monde tu vois, ben y'a la sœur qui devient tante y'a le père qui devient grand-père fin y'a pleins de choses qui bougent dans tous les sens. »</i>	M
		<i>« Enfin je je me sentais pas à l'aise d'évoquer tout ce que ça a pu provoquer en moi avec euh... Avec mes amis en fait. Je je je voilà, j'avais pas assez de confiance »</i>	C
		<i>« Ouais y'a moins de filtres et puis et puis elle est là pour t'aider à mettre des plans en place des choses en place pour que ça se passe bien pour toi, c'est toi la prio tu vois. »</i>	M

Pourquoi une doula et pas un professionnel de santé ou une personne de l'entourage ?	Une distanciation vis-à-vis du cercle amical	« on ose peut-être plus dire ce qu'il se passe [...], pour nous, sans avoir peur de blesser la personne [...] sans culpabilité »	G
		« Ben, nos amis... ou nos proches, sont pas forcément dans le même mood »	B
		« Mes amies pareil, ce truc de mais moi si moi ça mon expérience j'étais pas en capacité de recevoir leurs expériences j'avais besoin de parler de la mienne sans devoir écouter celle de quelqu'un d'autre et donc vraiment cette distance-là émotionnelle affective euh que j'ai vraiment retrouvé dans l'accompagnement et qui m'a aidé à me définir aussi comme une femme adulte enceinte qui parlait à une autre femme adulte qui pouvait l'accompagner.»	N
	Un besoin d'écoute	« Admettons une maman une jeune maman n'fait que de pleurer ben quand c'est quand c'est une amie ou quand c'est sa sœur on va dire on va vraiment avoir plus tendance à lui dire mais ça va aller t'es forte t'inquiètes pas et d'ailleurs c'était les conseils que j'avais eu quand j'avais pas été bien pendant mon burnout tout le monde dans mon entourage les proches qui me voyaient pas bien me disaient mais ça va aller c'est qu'une passade mais en fait c'était pas du tout ce dont j'avais eu besoin d'entendre. Moi j'avais juste besoin qu'on m'entende dans ma douleur et dans ma souffrance et qu'on m'aide à traverser ça pas qu'on me donne des conseils.»	P
		« L'entourage c'est bien, mais leurs avis on ne les à pas forcément demandé »	L
	Un besoin de soutien	« Le côté des conseils non sollicités que tout l'entourage peut donner, bah elle, elle ne le fait pas. Les “tu devrais faire...” ou “moi je suis passée par là, alors je sais...””, fin ce genre de phrases elle ne les dit jamais, jamais »	F
		« J'éprouvais pas non plus de satisfaction entre guillemet des échanges que j'avais avec ma propre mère en fait j'ai cherché des femmes qui pouvaient m'aider, ma mère une sage-femme, ma mère ça n'allait pas, ma soeur ça n'allait pas, mes amis ça n'allait pas non plus parce que je me suis rendue compte que les expériences des femmes étaient souvent décrites à l'aulne de leurs propres expériences à elles et y'avait un peu un manque d'objectivité ».	N
		« Quand je racontais aux autres que je voulais accoucher sans péridurale, ils ne comprennent pas (...) Je cherchais une expérience en fait, un soutien, je pense qu'avant c'étaient les mères, les cousines, les tantes qui pouvaient	I

		<i>transmettre ça, moi c'est la doula qui a pu me transmettre ça, et les gens ne comprenait pas mon choix.»</i>	
		<i>« on nous a tellement conditionnés à accoucher [...] dans un milieu médical que [...] du coup, je passe [...] pour une folle qui va accoucher dans sa maison« mais «je sais que ma doula [...] partage le même point de vue que moi »</i>	D
		<i>« Comme je disais aussi, ma famille, mes amis, mon entourage sont quand même assez loin, donc du coup, elle, elle était à proximité, donc voilà, c'est quand même un côté pratique.»</i>	J
	Une doula, complémentaire aux professionnels de la parentalité	<i>« Elle a un regard qui est neutre, c'est vraiment un professionnel à part entière, mais un professionnel intime, plus que médical. »</i>	L
		<i>« Hum une écoute neutre et vraiment euh euh comment dire pas du 24h sur 24 je ne sais pas comment dire. Elle était tout le temps, tout le temps disponible, donc c'est vrai que quand on s'appelait je savais qu'elle était là, sur un appel d'une demi-heure ou sur un rendez-vous elle était vraiment là que pour moi. »</i>	P
		<i>« Justement, un avis et une vision extérieure sans jugement et euh... et vraiment neutre aussi bien sur moi. Quelquefois, elle rentre dans ma tête et elle arrive bien à me cerner et elle va dans l'anticipation de réflexion que je n'ai pas encore menée, donc elle me fait gagner du temps dans le parcours du post-partum, elle m'a fait gagner des clés auxquelles je n'avais pas du tout accès. »</i>	K
	Des difficultés liées au médical	<i>« Je me suis retrouvée à rentrer [...] à la maternité en plein travail, toute seule pendant euh... Toute une nuit donc de 00h00 à... à... à 11h00 du matin, j'ai travaillé toute seule. [...] en une nuit de temps les sage-femmes sont venues me voir 2 fois [...] c'était juste horrible. »</i>	A
		<i>« elle avait un RGO donc un..., un reflux interne ». « Ce n'était pas perceptible et donc euh..., à l'œil comme ça, à part les pleurs, à part moi qui la sentais douloureuse et qui était intimement convaincue qu'il y avait un problème ! Les médecins, les sage-femmes me..., fin surtout le médecin me disaient : “ Vous êtes fatiguée, reposez-vous, ça ira mieux ! “ »</i>	G
		<i>« y a eu de très nombreux abus, on m'a fait peur énormément de fois, on m'a forcé à faire plein de choses, des analyses, des examens, des choses qui n'étaient pas du tout obligatoires [...] franchement ça été horrible »</i>	F

Les expériences de vie passées des parturientes		« un parcours avec une sage-femme qui m'a pas forcément satisfait. Et avec quelqu'un d'assez anxiogène qui m'a fait plusieurs réflexions en fait autour de la grossesse et qui m'ont assez marqué »	N
		« 10 jours après le plan blanc des dans les hôpitaux à cause du COVID donc en mars 2020 et euh... J'ai été faire un contrôle euh... le jour du terme un... un monito le jour du terme et hum... Ben moi toute naïve hein, je savais pas que c'était normal, je leur disais : " mais je le sens plus trop bouger ". Et puis du coup hum... comme il n'y avait pas de contractions sur le monito et ben ils me l'ont déclenché et euh... après ça, c'était une cascade euh... d'interventions complexes et euh j'ai fait une réaction allergique aux hum... Aux ballonnets du déclenchement donc euh... euh... il y a tout qui s'est mis à gonfler dans la zone euh... bah péri génital et génital du coup et du coup après bah j'ai fini en césarienne »	D
		« Déjà, donc effectivement ma première grossesse a été assez chaotique. Euh... j'ai eu pas mal de... de soucis, j'étais hospitalisée, j'ai... accouché prématurément à domicile. Euh... hum... donc ça m'a complètement euh traumatisé. Enfin, après ma première grossesse, voilà, j'ai fait une grosse dépression post-partum, ça a été vraiment euh... un début de maternité vraiment VRAIMENT difficile pour moi. Hum...du coup, sur la 2e grossesse euh voilà, j'ai vraiment beaucoup travaillé j'ai... j'ai... j'ai été suivie enfin, j'ai fait de la sophrologie, je me suis, j'ai beaucoup lu, je me suis enfin voilà. Je me suis préparée autrement parce que j'avais vraiment besoin de vivre une grossesse euh... PLUS SEREINE [...] Il y a eu... d'autres évè... d'autres événements dans ma vie euh... après [Nom du deuxième enfant], je me suis fait agresser... dans la rue. Enfin voilà, pas mal de petits événements qui ont fait que psychologiquement, j'étais euh... assez fragile »	C
	Des difficultés émotionnelles	« J'ai fait un petit pré baby-blues, c'est-à-dire que moi mon baby-blues, je l'ai fait euh... quand j'étais enceinte de 4 ou 5 mois et ça été... euh... j'ai eu 1 mois très compliqué, donc j'ai été très bien accompagnée. »	E
		« j'ai fait un début de dépression post-partum après ma première grossesse, j'ai vu un médecin, un psy [...] Pour autant, ma dépression post-partum n'était pas due en elle-même à la naissance de mon fils, mais aussi à mon travail... fin mon ancien travail ou je ne trouvais plus la place fin... j'ai cru que c'était une dépression post-partum avec les fatigue... »	K

		« j'avais des enfants qui avait un petit peu plus que 4 ans et 2 ans et demi et euh je me suis dit avec un troisième je vais vraiment vraiment galérer. Et en fait j'avais fait un espèce de début de burn out parental, je m'en étais rendu compte très tôt après quand mon deuxième garçon a eu 1 an et j'ai vraiment vraiment pas été bien »	P
		« Avant d'avoir mon fils, j'ai eu 4... fausses couches [...] j'ai... Un peu trop traversé ça toute seule [...] J'ai cru que j'allais avoir une 5ème fausse couche »	B
Quel a été le rôle de la doula au cours du parcours périnatal ?	Notion de présence, de disponibilité	« Elle a été là, elle a été présente et euh... et pareil aussi, j'estime que c'est leur rôle aussi »	A
		« dans le sens où... à tout moment elle est disponible en fait. Fin, je sais que je n'étais pas gênée si j'envoyais un message, par exemple à 3 heures du matin, je savais, même si elle ne me répondrait pas forcément, je savais que j'avais le droit de le faire, de lui envoyer. C'est vraiment cette disponibilité-là, qui m'a plu. »	F
	Une aide logistique	« C'était d'abord logistique [...] on avait une piscine d'accouchement [...] L'eau avait refroidi [...] on voulait... remettre un petit peu d'eau chaude, pour que je retourne dedans [...] Et du coup... avec mon mari, Ben ils ont chauffé des casseroles sur la gazinière et ils faisaient des allers-retours pour remplir donc déjà, c'était ça » « Ensuite euh... Ben c'était vrai-ment de relayer mon mari [...] mon mari, il était EPUISE parce que... bah mine de rien, ça dure super longtemps. Et... du coup, quand [Nom de doula 1] est arrivée, Ben mon mari a pu s'allonger sur le canapé, récupérer un peu et [Nom de doula 1] est venue près de moi, juste pour me parler un peu... su me masser un peu le dos... et...comme ça, je sentais la présence, j'étais pas toute seule et mon mari, il a pu lui se reposer quoi. »	B
		« elle a été vraiment plutôt dans l'écoute. »	G
	Son rôle est d'écouter	« En fait, ça me permet vraiment de pas euh... que je ne reste pas avec mes angoisses [...] j'avais vraiment besoin de pouvoir euh... tout dire sans... sans honte, euh sans... me sentir seule euh, sans... sans jugement euh... hum... »	C
		« Et puis en même temps, vraiment avoir ce regard euh bienveillant et de confiance qu'elle m'apporte. Et voilà, qui me permet de me rassurer de me	C

	Son rôle est de rassurer	<i>dire que c'est normal, que ce que je ressens voilà ça arrive à plein d'autres femmes euh... enfin voilà »</i>	
		<i>« Moi, j'avais des..., des craintes énormes que... mon bébé ait aussi un reflux comme sa sœur aînée. Donc elle a été beaucoup là, en appui en disant : “ Mais pourquoi il ferait ce reflux ? Observe ton bébé, regarde tout à l'air de plutôt bien aller ! “. Donc ça a été plutôt un..., une personne d'appui, d'écoute et rassurante. »</i>	G
		<i>« Hum., euh... sécuritaire j'aurai dit et euh... le côté rassurant »</i>	F
	Son rôle est d'informer, conseiller	<i>« nous donner les clés, clairement oui, c'est nous donner les clés pour euh... le jour J être la plus sereine possible dans n'importe quelles situations. »</i>	H
		<i>« Bah je dirais, du conseil, beaucoup de conseils. Voilà, je dirais ça, mais aussi du soutien dans les prises de décisions que j'ai eu à prendre, notamment bah au moment de décider de faire une césarienne, voilà. » « Aussi, un soutien, un rôle d'accompagnateur pendant l'accouchement, voilà »</i>	J
	Un accompagnement global de chacun	<i>« son rôle c'était vraiment un accompagnement global de la famille, que chacun trouve sa place et que...nous aider à faire nous-même, nous même notre parcours, nous même notre chemin et nous aider à prendre confiance. »</i>	L
	Son rôle était de soutenir	<i>« Ouais c'était un soutien c'était une femme qui avait plus d'expériences que moi, c'était je pense moi c'était très important que que sa la vision de qui elle était, elle m'inspirait en fait [...] j'avais envie de lui confier des trucs. C'était pas du tout la même relation qu'avec la sage-femme. C'était euh elle connaissait plus ma vie que ma sage-femme. »</i>	M
Notion de pédagogie et d'accompagnement	<i>« on nous apprend pas à être mère, on nous apprend pas à être enceinte, on nous apprend pas à devenir femme et tout ce passage-là la doula elle va le faire et euh pour moi c'est un rôle qui va être essentiel dans l'accompagnement des femmes »</i>	N	
	<i>« Si mon mari avait des questions à... lui poser [...] Je sais qu'ils se sont entretenus par téléphone, par message, qu'il lui a poser certaines questions, [...] il s'est confié à elle 2-3 fois. Ils ont... Ils ont discuté en fait pour euh... Pour son post-partum à lui, en fait quoi, voilà (rire) »</i>	A	

La doula accompagne-t-elle les pères ?	Oui, la doula accompagne le mari dans ses questions, inquiétudes et peurs.	« Dans l'accompagnement que j'ai eu avec ma doula et ben nous c'était vraiment couple quoi. Elle était là pour nos questions, on a vraiment vécu la grossesse comme une aventure à deux pour devenir trois à terme de cette aventure-là. Mais du coup cette doula elle était vraiment, elle répondait à toutes nos questions »	M
		« (Blanc) Euh... non, je dirais qu'elle nous a accompagné tous les deux, parce qu'elle s'est adressée à lui plusieurs fois pour savoir comment il appréhendait les choses, non, non, elle nous accompagnait tous les deux. »	F
		« elle était également présente pour mon mari, on avait une conversation sur WhatsApp tous les deux avec elle et on avait chacun une avec elle. »	L
		« il l'a rencontré euh un mois avant l'accouchement, pour vraiment, on s'est posé tous les trois autour d'une table et on a pu discuter du coup de comment on envisageait l'après naissance et en puis en fait c'était bien qu'elle soit là parce qu'elle a servi un peu de médiateur »	P
		« Après elle se rendait disponible, si lui voulait un entretien personnalisé (le père) avec elle, avec des questions. Après ce n'était pas forcément réellement différent, on à vue ensemble le portage car il voulait porter bébé. Comment il pouvait aussi me soutenir dans mon allaitement »	J
	« Oui, elle a été présente (pour son mari), on avait une conversation tous ensemble avec ma doula et ma sage-femme donc on pouvait poser des questions, souvent ça passait par mon intermédiaire, après mon mari n'avait pas trop de question car on sait informer également par la littérature, donc il s'était beaucoup informé. Mais également, on a été invité chez elle, et on a rencontré son mari car elle avait fait aussi un accouchement à domicile. Donc on a pu vraiment discuter, on a vraiment eu un échange ensemble. »	I	
	Le mari mais aussi les enfants	« On a fait en sorte que [Nom du mari] soit là, bah... au moins pour la prise de contact. Parce qu'elle..., oui elle a vraiment englobé la famille en entier, je me souviens qu'elle avait aussi emmené des livres à mon aînée, elle s'est présentée [...]. Et après par contre, les séances euh... que j'ai fait avec [Nom de la doula], elles ont été plutôt..., on a été plutôt, que toutes les 2. Euh... il me semble avoir euh..., j'ai peut-être fait une séance aussi avec [son mari] »	G
	« Alors, son intention c'était vraiment d'être présente pour mon mari... plusieurs fois, elle l'a... hum... elle lui a envoyé des... des petits appels euh... du pied, des petites propositions euh... hum... voilà, est-ce que lui il voulait	B	

		<i>parler, qui... qu'il pouvait la contacter euh... même euh... sans moi et tout... et tout. Mais, mon mari n'a pas... sciemment éprouvé le besoin euh... donc ça s'est pas vraiment produit »</i>	
	La doula à proposer mais les pères n'ont pas saisi l'opportunité	<i>« Alors Ben, jusqu'ici exclusivement moi. Euh... on a pas reparlé pour l'instant de... faire une séance éventuellement avec mon mari. [...] Au début enfin il était pas.... exceptionnellement motivé par l'idée de... de la rencontrer mais euh... peut-être, je sais pas. J'avoue qu'on en a pas à rediscuter en fait. »</i>	C
	La doula n'a pas proposé donc exclusivement la femme	<i>« Exclusivement pour moi »</i>	K
L'accompagnement par le collectif à travers une doula ?	Participation à des groupes de paroles / cercle de femme	<i>« Encore la semaine dernière ouais. Une maman qui a été suivie en même temps que moi, on a accouché à un mois d'écart donc euh... On s'était rencontré plusieurs fois sur euh... Sur les ateliers mensuels [...] C'est important, bah déjà pour la... La sociabilisation [...] De pouvoir échanger avec d'autres parents »</i>	A
		<i>« les cercles de femmes [...] Pour connecter... à d'autres femmes enceintes ou... D'autres mères et se sentir moins seule »</i>	B
		<i>« Euh... alors, après si... l'été qui a suivi, [sa doula] a proposé une rencontre avec toutes les mamans qu'elle avait accompagnées euh... donc c'était sous forme de pique-nique et en fait elle a réuni ses clientes, juste pour un moment de partage. Voilà, ce n'était pas euh..., on n'a pas fait de..., de..., de temps collectif pour de l'information quoi. »</i>	G
		<i>« j'ai déjà fait un cercle de femmes avec d'autres doulas »</i>	K
		<i>« Hum j'ai participé à un groupe de paroles qu'elle animait, un cercle de femme [...] »</i>	O
		<i>« [...] après ça fait aussi un groupe de soutien qu'on garde en post-partum. Donc là, ça fait 2 ans que j'ai accouché et ça fait 2 ans qu'on est toujours en contact avec toutes ces mamans. Y en a que 2, je... crois sur..., sur les 12, qui ont quitté le groupe. Et euh... voilà, ça permet aussi de..., d'avoir son petit village après, de mamans post-partum. On partageait souvent nos galères, nos nuits blanches... euh quand on pleurait à 2 heures du matin, bah on savait qu'on était pas toutes seules, y en avait forcément une ou deux qui étaient dans le même cas (rire) »</i>	H

		<i>« il n'y avait pas que des mamans mais on pouvait parler du post-partum, de la naissance de nos aînés, comment on gère la naissance avec un premier enfant, et toi tu manges quoi, et toi tu fais comment pour ça. »</i>	I
--	--	---	---

Besoins et motivations en parcours de soins périnataux : quand les femmes décident de recourir à une doula.

234 pages

Dans une société où les attentes en matière de soins périnataux évoluent, le rôle des doulas devient crucial. Ainsi, notre étude cherche à comprendre pourquoi certaines femmes choisissent d'être accompagnées par des doulas pendant leur parcours périnatal. Les hypothèses suggèrent diverses motivations, comme de mauvaises expériences antérieures en maternité ou le désir d'un accompagnement non-médical.

Pour ce faire, nous avons réalisé une phase exploratoire comprenant 4 entretiens semi-directifs, avec une sage-femme, un médecin généraliste, une doula et une femme ayant fait appel à une doula. Ils nous ont permis d'obtenir les différents points de vue concernant la pratique des doulas. Nous avons ensuite réalisé une phase d'investigation auprès de 16 femmes, venant de toute la France. Ces derniers nous ont permis de recueillir les témoignages de ces femmes afin de comprendre leur expérience et leurs motivations.

Ainsi, les résultats montrent que les femmes cherchent un soutien émotionnel et personnalisé que les professionnels médicaux ne peuvent pas toujours offrir. Les doulas fournissent un accompagnement émotionnel, pratique et informatif, répondant aux besoins spécifiques des femmes pendant la grossesse et après l'accouchement.

Notre étude souligne donc l'importance d'un accompagnement holistique pendant la période périnatale. Elle met en évidence le rôle unique des doulas dans la fourniture d'un soutien non médicalisé, crucial pour répondre aux besoins émotionnels et personnels des femmes et complémentaire aux soins médicaux traditionnels. Elle souligne la nécessité d'une meilleure reconnaissance et intégration des doulas dans le système de soins périnataux, suggérant que leur rôle pourrait améliorer significativement l'expérience maternelle.

Mots clés : périnatalité ; femmes ; doula ; accompagnement non-médical ; soutien ; choix.

« Le département Politiques Sociales et de Santé Publique n'entend donner aucune approbation, ni improbation aux opinions émises dans les mémoires, enquêtes et travaux réalisés par les étudiant.e.s dans le cadre d'exercices universitaires : ces opinions doivent être considérées comme propres à leurs auteur.e »