



Bernard LEMONNIER

Psycho Praticien Thérapeute

Parentalité bientraitante en famille ou chez
les professionnels de l'enfance

41, rue Jules Chéret LE MANS bernardlemonnier@free.fr

☎ 09 51 18 01 59

🌐 <http://www.bernardlemonnier.fr/psychopraticien-therapeute/parentalite/>

Qu'est-ce que la PARENTALITÉ ?

Vocabulaire récent, apparu dans les années 1960 dans le monde de la recherche en psychologie, ce terme s'est développé jusqu'à recouvrir des champs multiples qui dépassent maintenant la seule description d'une phase du développement psychoaffectif d'un individu, celle qu'il atteint quand il devient parent à son tour.

La notion de parentalité s'est étendue depuis, à des aspects éducatifs (prévention de la maltraitance), sociologiques (types de familles), législatifs et juridiques (autorité parentale, droits de l'enfant), politiques (natalité, actions vers des populations ciblées). En tentant néanmoins une définition synthétique, on pourrait dire que ce terme s'applique à décrire les actions par lesquelles un adulte aide un enfant à grandir, même s'il n'est pas son parent officiel.

Mon propos ici est de me limiter au seul champ psycho-éducatif pour évoquer à grands traits les écueils ou les passages obligés que vont rencontrer ceux qui vont fonder une « famille » et qui cherchent quelques points de repère.

1 D'abord un bref rappel historique sur l'évolution du regard que notre société porte sur l'enfant.

- A partir du 18^{ème} siècle, avec les progrès de l'asepsie, la très forte mortalité infantile a diminué, changeant progressivement mais en profondeur le degré d'attachement de l'adulte envers sa progéniture. Quand on n'avait d'assurance de la viabilité d'un individu qu'à partir du moment où il avait dépassé ses 15 premières années, celles de tous les dangers, on ne s'y attachait pas de la même manière, on ne l'investissait pas dès le début comme on le fera ensuite. La quantité d'enfants nés était un symbole d'aisance sociale, puisqu'on pouvait les nourrir, ou une opportunité de main d'œuvre qu'on faisait travailler jeune. Le nombre pouvait faire espérer qu'ils en reste quelques uns à qui transmettre métier et patrimoine et qui constitueraient une sorte d'assurance vieillesse.
- Mais quand progressivement, les parents se sont vus rassurés sur la probabilité que leurs enfants restent en vie, ils les ont investis différemment. Ensuite, le « boum » des sciences humaines (psychologie, psychanalyse) et des progrès technologiques (permettant aux femmes d'investir prioritairement le foyer et le domaine éducatif) a permis que s'installe une notion nouvelle, celle d'*enfance*, comme période de maturation dont on devait contrôler la qualité.
- Au milieu du 20^{ème} siècle sont apparus les moyens de contraception et la possibilité de réguler les naissances, ce qui a encore augmenté l'investissement affectif sur le peu d'enfant qu'on choisissait d'avoir. La limitation des naissances est ainsi à la fois le moteur et l'effet, d'une autre représentation de l'enfance dans la famille moderne. Aujourd'hui le petit garçon ou la petite fille est doté d'un statut qui fait parfois de lui un quasi « enfant roi ».
- De ce fait, les grands groupes financiers ont investi massivement dans les médias et l'ont visé comme un consommateur de plus. Il représente aujourd'hui 50% des cibles publicitaires

et est considéré comme un puissant prescripteur d'achat.

- La reconnaissance de son statut est telle qu'au niveau mondial, des instances telles que l'Unesco fédèrent sa protection, son accompagnement scolaire et ses droits (exemple : déclaration universelle des droits de l'enfant, 1959).

2 La pratique éducative des adultes vis à vis de leurs jeunes a sensiblement évolué ces dernières années jusqu'à être assez différente de celle d'il y a 20 ans. Un certain nombre de facteurs environnementaux sont apparus, qui ont une influence certaine :

- Compte tenu des crises économiques successives qui ont paupérisé et précarisé une frange non négligeable de la population française, on observe de façon problématique des ruptures de continuité dans la transmission traditionnelle des rôles à jouer, or jusqu'alors c'était dans l'équilibre et le bon sens d'une famille qu'on apprenait à devenir parent. Oui, mais quand les parents sombrent dans la difficulté sociale, la dépression et la rancœur, ils n'assument plus forcément très bien cette transmission. Et si l'on envisage que ces difficultés se reproduisent successivement, de génération en génération, il est aisé de comprendre que ce savoir empirique vienne à disparaître.
- Une puissante onde de transformation a parcouru les plus reculées des couches de la société dans ce qu'on a appelé la période de « l'après 68 ». Son impact a propagé des aspirations au plaisir, au loisir, à la liberté, à l'autonomie individuelle, au risque d'un rejet systématique des entraves ou de l'autorité. On a mal compris Françoise Dolto, en se culpabilisant quand on n'apportait pas toujours le meilleur à ses enfants, quand on ne l'accompagnait pas dans ses désirs et si on lui « coupait les ailes » en le frustrant ou en le cadrant. D'un excès de rigidité vis à vis de l'enfant, le parent lambda est peut-être passé à son contraire.
- D'avantage centré sur le vécu individuel, les individus et les institutions ont admis que le mariage s'il devenait une entrave à l'épanouissement, pouvait être reconsidéré et facultatif, d'où une augmentation considérable des divorces. Aujourd'hui, les combinaisons à vocation « familiale » prennent de multiples formes et l'exercice de la parentalité n'est plus exactement le même par exemple, dans une famille recomposée ou monoparentale.
- Une autre dimension qui change sensiblement les choses, c'est la présence de nouveaux horizons liés à Internet, qui rappelons-le s'est développé de façon fulgurante en seulement 15 ans. Aujourd'hui nos jeunes qui côtoient cet outil de façon quotidienne, se sont largement approprié ses pratiques et sa culture. Outre ses aspects très positifs, cette nouvelle technologie présente également des aspects qui nécessitent une vigilance et une régulation adulte. La liberté d'expression sur les réseaux sociaux n'est pas sans limite, l'accès à des activités potentiellement addictives n'est pas sans danger.
- Tout les pédagogues et les démocrates s'accordent à le dire, la télévision dont on a vu le nombre de chaînes quadrupler, n'a malheureusement pas amélioré son déficit éducatif pour autant. Mal gérée, sans filtre critique, elle continue d'avoir une influence anti-éducative sur les jeunes qui y sont trop exposés.
- Une contagion planétaire propagée par l'industrie alimentaire et sa logique du chimique à grande échelle, a fini par toucher notre société où règne maintenant une logique de la malbouffe et de la mal-fête (dangerosité des substances chimiques utilisés dans les produits désinhibants et euphorisants). Bien que les pouvoirs publics essayent de lutter, la sécurité et l'équilibre alimentaire devient un casse-tête, même pour les parents informés.

3 C'est dans ce contexte ambiant que chacun va faire l'expérience, à son tour, de « l'aventure familiale ». En faisant couple et en s'installant avec l'él(u)e, le jeune adulte va parcourir un itinéraire avec de nombreux passages obligés et des obstacles à surmonter. En voici quelques uns (la liste ci-dessous n'étant pas exhaustive) :

- L'arrivée du 1er enfant
Passer de 2 à 3, devoir distribuer équitablement de l'amour à deux personnes, pour l'une; se voir délaissé maintenant au profit d'un nouvel arrivant, pour l'autre; réclamer une présence infaillible, pour le troisième : voilà la trame d'un profond remaniement des équilibres affectifs. Quand tout cela est compliqué par la présence d'une hormone inégalement distribuée (l'ocytocine), on comprend que la parentalité et la famille est déjà ici soumise à rude épreuve.
- La place des belle-familles
La tentation peut-être grande pour les parents du jeune couple de reprendre (ou de conserver) l'ascendant sur un territoire qui n'est pas le leur. Et n'osant pas s'affirmer, le jeune couple peut laisser s'installer des rancœurs qui viendront empoisonner le climat relationnel et perturber la cohérence éducative.
- L'arrivée du 2nd enfant
Là, c'est pour l'aîné que le remaniement engendre le plus de souffrance. Ce qui va se jouer dans sa tentation de régresser nécessite attention et doigté de la part des parents.
- La séparation des parents
A tout moment peut survenir la rupture du contrat des amants. On se passerait bien dans ces moments douloureux d'avoir à gérer les problèmes que cela cause aux enfants... et pourtant, c'est un devoir que de le faire. Tous n'y parviennent pas et bien souvent, la fonction parentale a besoin d'un soutien.
- La monoparentalité
Là, le manque de coéquipier dans l'éducation peut faire cruellement défaut, tant les rôles à jouer auprès d'un enfant sont multiples. L'enjeu positif consistera à trouver les moyens de lui éviter, l'enfermement sur ce noyau familial réduit.
- La famille recomposée et ses problèmes de positionnement
Encore un remaniement ! Qui fait quoi ? Qui exerce l'autorité sur qui ? Au nom de quel principe ? Voilà autant de questions auxquelles il n'est pas aisé de répondre. Se mettre d'accord et trouver les modalités de fonctionnement garantissant la sécurité affective des enfants et le respect de chacun, va faire partie des problèmes qu'auront à résoudre les personnes chargées de famille qui décident de vivre ensemble.
- La gestion des conflits ou d'un drame
La vie n'étant pas un long fleuve tranquille, il y aura toujours dans une famille des occasions de désaccord et de confrontation, aussi est-il utile de savoir gérer ces turbulences dans lesquelles chaque parent peut-être impliqué ou médiateur. Ce qui compte c'est d'éviter que ne s'accumulent des contentieux qui chez l'enfant, sont des occasions de généraliser des comportements relationnels inopérants ou préjudiciables. C'est dans ces périodes fort émotionnelles que des blocages psychologiques peuvent avoir lieu, s'ils sont mal accompagnés.
- Les turbulences adolescentes
Voici une période qui est généralement décrite par les parents comme pénible, car leur tendre et cher bambin se rebelle et les critique. Avant, il fallait le pousser à..., maintenant il faut le retenir de... ! Et à se chercher, il risque de se perdre dans des franges du monde mal connues de ses parents. Les feux s'allument au rouge clignotant!
- La gestion de la sexualité et de ses risques
L'accès à ces activités pulsionnelles est conditionné par un certain degré de maturité, mais souvent les parents, très touchés eux-même dans leurs émotions, repoussent ce moment et se sentent maladroits pour en parler. Il est vrai que la précaution est de mise, car tout en les prémunissant contre la maltraitance possible et les dangers potentiels, il est nécessaire de ne pas les effrayer, car les tous premiers échanges conditionneront pour

très longtemps la richesse de leur vie affective future.

- Le difficile accompagnement à l'orientation métier

Les grands médias colportent des clichés de réussite sociale et l'illusion que le bonheur repose uniquement sur elle. Il faut alors d'après eux, faire de longues études et ne pas en faire est jugé par comparaison comme dégradant. Aussi voit-on s'agglutiner en grande quantité, dans des filières aux horizons bouchés, des jeunes qui prolongent les années d'études, pour ne pas avoir à se jeter dans le grand bain. Et quand c'est fait, il n'est pas rare qu'au bout de peu d'années, l'activité ne convenant pas suffisamment à la personne, elle soit vécue comme décevante.

Permettre à son enfant de découvrir ses centres d'intérêt et d'imaginer quels sont ceux qu'il pourra transformer en métier, est un investissement sur le futur qu'il faut anticiper plusieurs années avant et que l'enfant n'est pas capable de réaliser sans un soutien actif des adultes qui l'entourent.

- Le dernier enfant à partir et le retour au couple

Retour à la case départ ! Sauf que les amants se sont souvent tant éloignés l'un de l'autre, divertis qu'ils étaient par le bruissement des enfants dans la famille, que ce face à face obligé peut s'avérer très mal aisé à négocier.

- ...

4 Être parent n'est pas un métier, même si remplacer les parents momentanément en est un. Les professionnels ont des formations, mais pas les parents! Or, la tâche est parfois complexe. Voici donc quelques points de repère (qui mériteraient d'être davantage développés dans d'autres contextes) dont la connaissance va aider à ne pas trop faire d'erreur :

- S'appuyer sur les phases du développement

Chaque enfant passe par différentes phases pour se développer, elles sont repérables par des signes comportementaux, affectifs et pulsionnels. Chaque enfant les traverse plus ou moins et à son rythme. Aussi est-il utile d'apprendre à les reconnaître, car les réactions parentales doivent évoluer en en tenant compte. On peut trouver en kiosque, en médiathèque et auprès des services éducatifs une documentation riche et variée.

- Avoir conscience du mécanisme de l'introjection

Chaque enfant va intégrer pendant le peu d'années de son enfance l'équivalent des apprentissages de toute l'humanité depuis l'aube des temps. C'est énorme ! Aussi la nature procède par assimilation des conduites. C'est ce mécanisme de l'introjection (mettre en soi ce qui émane de ceux qui sont « grands », leurs conduites, leurs expressions, leurs émotions et même leurs désirs inconscients) qui va permettre d'acquérir rapidement tout ce matériel. L'inconvénient de ce mécanisme, c'est qu'on gobe tout, même le néfaste, mais l'avantage s'il est bien compris, c'est qu'il permet la modélisation facile par l'enfant des bonnes conduites que ses éducateurs lui donnent à observer.

- Donner en même temps, à proportion égale, amour et structure

L'amour, l'attention, la compréhension vis à vis de l'enfant va de soi dans les normes de cette société. Mais cela n'est pas suffisant pour « élever » un enfant jusqu'aux compétences multiples d'un humain digne de ce nom. C'est grâce à notre exigence qu'il va graduellement s'entraîner à franchir les obstacles, qu'il va apprendre à gérer ses frustrations autrement que de manière pulsionnelle, qu'il va atteindre au contrôle de soi. La possibilité de circuler dans les espaces règlementés qu'exige la vie en société, s'acquière au prix d'efforts souvent contre nature, qui peuvent enclencher des réactions de colère ou de déception. Nous devons y être prêts.

- Partager cette responsabilité pendant 18 ans

Lorsqu'il est envisagé comme un travail d'équipe, ce long cheminement d'influence, où chacun (papa et maman) apporte ses savoir-faire de manière complémentaire ou alternative, est vécu comme plus constant, plus facile à assumer. Même séparés, père et mère (ainsi que les enfants) ont intérêt à rester dans des liens fonctionnels satisfaisants.

- Être pleinement père, occuper sa place
Il est important de ne pas minimiser les fonctions que peut jouer le compagnon de la mère au yeux de l'enfant. Bien sur, c'est souvent lui qui représente le « tiers » séparateur, celui qui socialise. Mais il a d'autres rôles à jouer, en tant que représentant des normes de conduites masculines qui feront référence pour le jeune par exemple, ou tout autre rôle qui complètera équitablement la maman ou la remplacera.
- Tisser des relations contractuelles
A tout âge, selon ses capacités à les assimiler bien sûr, un enfant peut comprendre la règle du « Oui, si... » ou du « Non, sauf... » Elle offre l'avantage de lui fournir un cadre pour ses initiatives, de lui faire saisir son degré de capacité à un moment donné et de l'aider à comprendre sa responsabilité dans une situation. Les sanctions annoncées qui en découlent (positives quand le parent est satisfait ou négatives si la consigne n'a pas été respectée) vont l'aider beaucoup à augmenter son autonomie.
- Ne pas comparer ses enfants
L'enfant n'a pas naturellement conscience des subtiles différences entre lui et les autres et il vivra comme injuste les droits ou les objets qu'un autre possède. Il sera toujours prompt à se comparer et à confondre sa valeur avec ses possessions. La tolérance, l'acceptation d'autrui et la paix des relations dépend beaucoup de la réaction des parents par rapports à cet instinct.
- Les encourager à entreprendre et respecter leur l'expression
Poussé par des pulsions archaïques de peur ou d'agressivité, en de nombreuses occasions, chacun d'entre nous doit mobiliser son courage et sa confiance en lui, pour rester positif à ses propres yeux et à celui des autres. L'estime de soi s'acquière, mais pas sans soutien. C'est en le félicitant de la réussite de ses actions et en acceptant sa sensibilité, que nous aidons notre enfant à se forger cette capacité.
- Recourir à des ressources externes, en cas de doute éducatif
Il est bien normal que parfois nous ne sachions plus comment procéder ou réagir. Et c'est en acceptant cette réalité que nous devenons le meilleur parent possible. Il suffit souvent d'un ou deux avis extérieurs donnés par des personnes compétentes pour nous éclairer (le recul aide beaucoup à la compréhension) et nous permettre de décoincer une situation problématique avant qu'elle ne se cristallise, si nous nous obstinions à vouloir la gérer seuls, au delà du raisonnable.

Voilà esquissés à grand trait les contours et les éléments qui composent le paysage de la parentalité en 2011, dans notre hexagone, au moins sur le plan psychologique et éducatif. J'espère avoir donné à ceux qui en ont reçu la mission et qui souhaitent l'honorer pour le bien de leurs enfants, l'envie de s'y intéresser plus en détail.