

Etre parents aujourd'hui Bon pour le moral ?

Représentations



Prémices du débat

Le propos de cette brochure est de mettre en lumière certains éléments de l'environnement dans lequel les parents évoluent et qui rendent peut-être leur rôle plus difficile.

En prendre conscience pour tenter d'agir collectivement contribuerait probablement à faire baisser la pression sociale qui pèse sur leurs épaules...

Réalisation Service Education permanente Question Santé asbl
Texte Anoutcha Lualaba Lekede/Question Santé
Remerciements à Damien Dagneaux
Graphisme Carine Simon/Question Santé
Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles
Editeur responsable Patrick Trefois 72, rue du Viaduc – 1050 Bruxelles
D/2012/3543/19

ANECDOTIQUES ?

Un reportage télévisé vu voilà quelques mois...

Une jeune maman raconte comment elle a failli abandonner ses trois petits enfants dans le parc où elle les avait emmenés un après-midi :

« ... j'étais tellement épuisée que j'ai pensé les laisser dans la plaine de jeux avec les autres enfants. Je me suis dit qu'ils ne risquaient pas grand-chose puisque d'autres mamans étaient présentes. Je voulais juste rentrer à la maison dormir... et tout oublier. C'est vraiment une chose à laquelle j'ai pensé. Je me suis ressaisie, me disant que j'étais une "mauvaise mère"... Et qu'est-ce que les gens allaient penser de moi ? »



Un article lu dans un magazine en avril 2012...

Une femme parle de sa vie de jeune mère qui débute dans la joie et la fierté, de la prise de conscience de son devoir et de sa responsabilité de mère, etc. Elle veut tout bien faire... Mais peut-être veut-elle même en faire un peu trop car, à un moment donné comme elle le raconte, elle est « larguée en pleine mère ».

« Petit à petit, je perds toute envie : de parler, de bouger, de m'occuper de mon mari, de mes enfants, de ma maison... le plus difficile, c'est de commencer la journée. Je me réveille en proie à l'angoisse. Je n'ai pas la force d'y aller. Je ne veux plus de ces contraintes horaires, de ce bruit, de ces affrontements, de ces gestes cent fois réitérés. Je ne veux même plus voir mes enfants. Je ne veux plus rien donner : ni temps, ni mots. Je veux être seule, dans le silence... »¹

Simple anecdotes de mamans épuisées ?

Pas vraiment, car ici et là apparaissent des articles, des dossiers, des ouvrages qui traitent de l'épuisement parental. Pourquoi des mères – et des pères ! – en arrivent-ils quasiment à être au bout du rouleau ? Simple fragilité de quelques-uns qui supportent mal la pression de la vie familiale pourrait-on penser. Mais n'est-ce pas un peu trop facile d'individualiser les problèmes dans de tels cas ? La raison du mal-être vécu par de plus en plus de parents doit sans doute être recherchée ailleurs. Que nous dit par exemple la société sur le rôle qu'ils doivent jouer auprès de leurs enfants ? Que doivent faire de bons parents ou plutôt des parents parfaits ? Mais la perfection, avec tout ce que cela implique de compétition, est-elle vraiment un but en soi ?

Pourquoi, dans le rôle de parents, voulons-nous être parfaits ?

Eduquer les enfants est-il plus difficile qu'autrefois ?

Existe-t-il d'autres façons de faire ?



DE BONS PARENTS... VUS PAR DES PARENTS

Les époques, les cultures, et même les familles, ont chacune leur vision des rôles que les hommes et les femmes doivent tenir en tant que parents (voir encadré).

Pour nous, qu'est-ce qu'être de bons parents ?

Comme on peut le voir à travers les nombreux forums de discussion et blogs qui traitent de ce thème sur Internet, il n'y a pas qu'une seule réponse.

Pour certains parents, il importe ainsi de privilégier les **liens familiaux**, le **bien-être des enfants** et les **marques d'affection...**

« Aujourd'hui pour être de bons parents, il est important de privilégier des sorties en famille, de laisser plus de liberté à son enfant. S'il ne faut jamais céder à ses caprices, il est par contre important de lui donner un cadeau pour Noël, pour son anniversaire, etc. Et, bien sûr, lui donner très souvent de l'amour. Il faut aussi être présent quand il en a besoin et parler avec lui pour instaurer une complicité. »

Pour d'autres, outre l'**amour inconditionnel**, c'est **accompagner leurs enfants sur le chemin de la vie tout en les respectant dans leurs choix...**

« A mon avis un bon parent, c'est celui qui respecte les choix de ses enfants, qui leur démontre amour et affection et qui est derrière eux ! Être un bon parent, c'est savoir laisser faire son enfant et ne pas toujours le retenir en cas de chute, mais plutôt lui tendre la main. Les bons parents sont des personnes pour lesquelles la question de confiance ne se pose même pas. Ce sont les seules qui, à mon avis, seront vraiment toujours là avec un amour inconditionnel... »

Pour d'autres encore, au-delà des sentiments, c'est la réflexion qui doit guider les parents au jour le jour...

« Moi, je pense que les bons parents, ce sont ceux qui se posent la question "comment être de bons parents", qui ne sont pas figés sur des principes éducatifs hérités d'on ne sait où, mais qui évoluent tous les jours au rythme de leurs enfants dans leur rôle de parents. Et qui se remettent en question à la lumière des réflexions de leurs enfants (pas toujours dans leur sens, mais au moins y réfléchir). Être parent pour ses enfants et pas pour soi, ce n'est pas toujours évident. »

**Mais ces réponses sont-elles si différentes les unes des autres ?
Ne seraient-elles pas plutôt complémentaires ?**

***Que l'accent soit mis sur l'un ou l'autre aspect,
les parents, comme membres d'une société donnée à un moment donné,
ne partagent-ils pas un certain nombre de points de vue
sur la manière d'élever et d'éduquer leurs enfants ?***



Regard décalé

Qu'aurait répondu à la question "qu'est-ce être un bon parent pour vous ?" un Africain ou un Asiatique vivant au XVIIIe siècle par exemple ? Leur réponse aurait-elle été similaire à celle d'un Européen vivant à la même époque ? Probablement que non... Tout comme la réponse d'un Belge, d'un Français ou d'un Anglais serait différente de celle qu'auraient pu donner ses ancêtres deux ou trois siècles auparavant. Quels étaient les rapports parents-enfants en ces temps-là ?

Les enfants et les jeunes n'ont pas toujours été considérés comme des catégories spécifiques dans l'histoire de nos sociétés. Avant le XVIIIe siècle, les enfants étaient en effet considérés comme des adultes en miniature dès l'âge de 6 ans (âge dit "de raison").

Même si des différences existaient au sein des familles et des époques sur le nombre d'enfants et le modèle familial où l'on voit plusieurs générations cohabiter, les spécialistes de ces questions s'accordent pour dire qu'entre le XVIe et le XIXe siècles, les familles avaient généralement de nombreux enfants. En effet, en raison du taux de mortalité infantile élevé alors, les parents faisaient beaucoup d'enfants en espérant que certains arriveraient quand même à l'âge adulte... Dans les familles aisées, les petits enfants étaient la plupart du temps confiés à des nourrices jusqu'à leurs 2 ans pour ensuite être pris en charge par une gouvernante. A 7 ans, les garçons étaient habituellement placés sous la tutelle d'un précepteur... Dans les familles peu nanties, les abandons d'enfants étaient fréquents et la pauvreté contraignait les parents à faire travailler leurs enfants très jeunes. Ce n'est qu'au XIXe siècle, avec la protection des enfants², que les choses commencent à changer, notamment au niveau du travail des enfants.

Au regard de nos critères, on peut dire que les sociétés d'autrefois faisaient peu de cas des enfants³; les parents faisant ce qu'ils pouvaient pour que leurs enfants grandissent tout en vaquant à leurs occupations d'adultes. Les pères et les mères d'alors étaient-ils moins bons parents que nous ? En aimaient-ils moins leurs enfants et leur étaient-ils moins attachés que nous ?

QU'EN DIT LA SOCIÉTÉ ?

Qu'attend notre société des parents aujourd'hui ?

Parmi tout ce que l'on pourrait citer, on peut relever **la transmission d'un certain nombre de valeurs** à leurs enfants telles que le respect, la rigueur, l'honnêteté, le travail, le courage ou la solidarité. Il est aussi attendu des parents qu'ils donnent de l'amour à leurs enfants, qu'ils veillent à **leur bien-être et à leur épanouissement personnel**, etc.

Au premier abord, cela paraît simple... Mais est-ce réellement et toujours le cas ? Comment les parents doivent-ils par exemple s'y prendre pour avoir des enfants qui soient bien dans leur peau et épanouis ? Sur quoi peuvent-ils s'appuyer ? Sur les discours psy ? Sur leur expérience personnelle ? Ou peut-être sur les deux ?

Au cours de ces dernières décennies, notre société a produit énormément de connaissances scientifiques sur le développement et le bien-être de l'enfant, notamment dans le domaine de la psychologie. Si tous ces savoirs peuvent être d'un grand soutien pour les parents, on ne peut manquer de souligner que face à la quantité impressionnante d'informations – qui parfois se contredisent –, il est quelque peu difficile de trouver la bonne marche à suivre. Le magazine *Cerveau & Psycho* dans un article paru en 2011 avait ainsi recensé pas moins de 60.000 ouvrages de conseils destinés aux parents. Malgré ce « tourbillon d'informations », la plupart d'entre eux continuaient « d'agir essentiellement comme le faisaient leurs propres parents »⁴. Cependant, il arrive aussi que des parents fassent comme l'indiquent les livres...

« Dans cette période de plus grande fragilité psychique et émotionnelle, les parents perdent confiance en eux et en leurs capacités (...) N'étant plus capables d'écouter leur bon sens et déjà submergés de conseils, ils sacralisent la parole du professionnel, quitte à le suivre à la lettre. »⁵

Pour les parents, il y a peut-être un juste milieu à trouver.

Notre société ne devrait-elle pas mieux les outiller pour ce faire ?

LE SOUCI DE BIEN FAIRE

Cependant la vraie question est de savoir si notre société laissera les parents faire leur choix en toute connaissance de cause.

On ne peut en effet passer sous silence qu'au nom du **bien-être général des enfants**, notre société est passée de conseils bienveillants à des **injonctions extrêmement fortes** quant à ce que les parents doivent faire pour leurs enfants. Le domaine de la santé, entre autres exemples, illustre assez bien cette évolution. Qu'attend-on ainsi de bons parents soucieux de la santé de leurs enfants ?

- Qu'ils s'abstiennent de fumer et de boire en présence de leurs enfants.
- Qu'ils leur fassent manger leurs cinq portions de fruits et légumes quotidiens ; qu'ils évitent de leur donner des en-cas et sodas sucrés.
- Conscients du besoin d'interactions de leurs enfants, ils seront à leur écoute, stimuleront leurs sens et leur intelligence en leur faisant faire quantité d'activités intéressantes, etc.

Si les injonctions s'adressent généralement aux deux parents, il reste que tout ce qui touche aux enfants, plus particulièrement aux tout-petits, est encore largement considéré comme une prérogative féminine⁶.

Ainsi en est-il de la future mère qui est encouragée à choisir un accouchement naturel⁷ qui « sera moins brutal pour le bébé », à le nourrir au sein le plus longtemps possible (voir encadré), à préférer les couches

en coton (écologique) réutilisables aux couches jetables, à préparer des plats équilibrés avec des produits frais plutôt qu'utiliser les petits pots achetés en grandes surfaces, etc. Mais toutes ces pratiques « naturelles » que notre société semble redécouvrir ne sont peut-être pas si faciles à appliquer. Pensons, par exemple, à toutes les femmes qui doivent travailler, à toutes celles qui disposent de revenus modestes ou précaires... L'accouchement naturel est peut-être à encourager dans une société de surmédicalisation, mais faut-il vraiment tout faire pour que ce soit uniquement celui-là que choisissent désormais les femmes ou les parents ? Dans un tel scénario, on peut se demander quelle est encore la place du choix individuel. Et puis, les femmes disposent-elles suffisamment de cartes en mains pour faire leur choix d'un accouchement différent de manière éclairée ?

Regard décalé

On peut adresser un certain nombre de reproches à la société, mais dans quelle mesure le discours de certains professionnels ne contribue-t-il pas à alimenter les prises de position de la société sur certaines questions ?... Il y a quelques mois la couverture de *Time Magazine*, hebdomadaire d'informations américain, suscitait la polémique. On y voyait une jeune femme donnant le sein à son enfant de trois ans juché sur une petite chaise pour illustrer un dossier sur l'attachement des parents à leurs enfants. Selon une philosophie portée outre-Atlantique par le Dr Bill Sears où les parents (et surtout les mères) sont encouragés à entretenir un état fusionnel avec leurs enfants en utilisant différentes méthodes comme le co-dodo, le portage ou encore l'allaitement très prolongé. La Une du célèbre magazine avec sa photo "shocking" était accompagnée de ce titre volontairement provocateur : "Êtes-vous suffisamment mère ?" *Time*, à qui on reprochait de faire dans le sensationnalisme pour vendre du papier, a répliqué en disant juste vouloir porter sur la place publique le débat sur le développement de certaines pratiques extrêmes dans nos sociétés.⁸

La question à laquelle nous devrions alors tenter de répondre serait de savoir pourquoi ces pratiques se développent aujourd'hui. Dans quel contexte social s'inscrivent-elles ?

On sait généralement que les périodes de crise ont tendance à renvoyer les femmes et les hommes dans leurs rôles respectifs. Voilà pourquoi il serait sans doute aussi intéressant de se pencher sur les lobbies à l'oeuvre derrière tous ces débats sur ce que les unes et les autres doivent faire...

Les papas modernes ne sont guère plus épargnés...

Ne sont-ils pas ainsi invités à instaurer un lien privilégié avec leurs enfants le plus tôt possible ? Et quels sont ceux qui parmi eux refuseraient aujourd'hui d'accompagner leurs compagnes pour une échographie, à l'une ou l'autre séance de préparation prénatale, etc. ? Au mieux, ils se feront traiter de machos rétrogrades, au pire...

Les femmes et les hommes qui ne procéderaient pas selon ces diktats en arrivent, parfois malheureusement, à être considérés comme de **mauvais parents**, des papas et des mamans inconscients de ce que tout cela représente pour l'équilibre de leurs enfants, etc. On peut ainsi voir **des parents qui désirent avant tout « bien faire » commencer à se poser des questions et se persuader d'être tout sauf de bons parents**. Et de **culpabiliser** de ne pas être à la hauteur de ce qu'ils estiment être leurs devoirs. La pression sociale et les injonctions contradictoires n'expliquent-elles pas que des parents soient perdus, voire épuisés physiquement et psychologiquement à vouloir trop bien faire ?

Relativiser notre rôle en tant que parents ne serait-il pas meilleur pour la santé mentale et la qualité de vie de tous les membres de la famille ?

Regard décalé

Il est intéressant de noter que l'amour et l'attachement parents-enfants, deux notions qui semblent aujourd'hui aller de soi, ne sont pas si anciens. Avant le XVIIe siècle, les parents étaient généralement peu enclins aux manifestations d'affection à leurs enfants⁹. Ce n'est qu'à partir des années 1600 que la question commence à être abordée avec certains penseurs qui se demandent si les mères des familles aisées ne devraient pas se montrer plus affectueuses avec leurs enfants. Le XVIIIe constituera à cet égard un tournant décisif.

Vers la fin du XVIIIe siècle, les gouvernements s'aperçoivent que l'enfant est potentiellement une richesse économique. L'être humain devient une denrée précieuse pour l'Etat, non seulement [parce que] il produit des richesses mais aussi [parce que] il est [le] garant de sa puissance militaire. Lors des recensements de la population, on s'aperçoit alors du grand nombre d'enfants mal nourris, maltraités ou battus. A la longue, les conséquences risquent d'être désastreuses pour l'avenir d'un pays. Les gouvernements comprennent alors l'intérêt économique, social et militaire de ce fameux "instinct maternel". En effet, seules les mères peuvent par leurs soins intensifs faire baisser le taux de mortalité infantile. La société "pousse" alors les femmes à reprendre leurs tâches maternelles, non en parlant le langage du devoir et du sacrifice, mais en introduisant les notions "d'amour" et de "bonheur"¹⁰.

***Faisons-nous toujours la différence
entre ce qui est naturel et ce qui est une construction sociale ?***

VOULOIR LE MEILLEUR POUR SES ENFANTS

Généralement, c'est le souhait de tous les parents. Mais qu'est-ce que cela veut réellement dire pour les uns et les autres ?

D'un point de vue matériel...

Cela peut être, par exemple, pour bien accueillir le futur bébé, lui avoir préparé une chambre garnie de meubles de telle dernière enseigne à la mode. De lui acheter quantité d'habits neufs, toutes sortes d'accessoires et d'ustensiles – de marques quand les moyens le permettent –, etc. Cependant, le bien-être d'un nourrisson ou d'un enfant peut-il se mesurer à la quantité de ce qu'on peut lui offrir ? Mais, en même temps, peut-on vraiment reprocher cela aux parents ? Connaissant en effet le désir des parents d'offrir le meilleur à leurs enfants, les entreprises entretiennent ce besoin en mettant sur le marché toujours plus de produits à acquérir...

Une manière de résister à cet appel invitant à consommer toujours davantage serait d'encourager les parents à développer plus de solidarité entre membres de leurs réseaux (famille, amis, voisins, etc.) En créant, par exemple, des groupes d'échanges de biens et services entre parents, en fréquentant les bourses aux vêtements. Ou, autre exemple, en essayant de déterminer les achats qui sont superflus pour arriver à mettre de côté l'argent et pouvoir payer plus tard les études de leurs enfants, etc.

D'un point de vue éducationnel...

On peut vouloir bannir la télévision de la maison pour une multitude de raisons. Mais la télévision ne peut-elle pas être considérée comme un outil ayant aussi des aspects positifs ? Entre autres programmes, le petit écran propose également des programmes éducatifs qui sont intéressants et bien faits. Comme autre élément plaidant en sa faveur, on peut ajouter : regarder la télévision avec ses enfants est aussi une occasion d'être ensemble et de leur expliquer les informations d'un JT par exemple... Certaines de nos pratiques ne sont-elles pas parfois « extrêmes » ?

Il n'est pas rare de nos jours de voir des enfants et des adolescents mener plusieurs activités extrascolaires. Toutefois, de plus en plus de voix s'élèvent pour s'inquiéter pour ces enfants qui, dès 4 ou 5 ans parfois, ont des agendas de ministres : école, cours de solfège, judo, tennis, danse et scoutisme le week-end s'alternent sans jamais laisser les enfants se reposer véritablement. S'étonnera-t-on, comme le disent certains professeurs et chercheurs, de voir des enfants somnoler durant les cours et leur concentration baisser ? Et, d'une certaine façon, cette course aux activités ne nuit-elle pas aussi à leur créativité ? Les moments de répit devraient permettre aux enfants de chercher eux-mêmes comment occuper leurs mains et leur esprit.

D'un point de vue scolaire...

Mais le souci de vouloir absolument occuper les enfants doit être recherché ailleurs. Il réside peut-être dans la peur pour l'avenir qu'éprouvent de nombreux parents. C'est ce qui semblait transparaître des propos de certains d'entre eux interrogés par le journal *Le Ligueur* sur leur souhait d'avoir des enfants... performants¹¹.

« Il faut vivre avec son temps et notre époque ne fait pas de cadeau. Il faut être à la pointe, surtout pour trouver un emploi. Le monde change à une vitesse folle (...) Je rêve donc que mes enfants soient au plus tôt mis en contact avec ces réalités. Dès le départ, avec mon épouse, nous avons opté pour une école en immersion car le monde s'est internationalisé comme jamais. On n'arrête pas de parler de mobilité et de flexibilité. J'ai lu que les analphabètes du XXI^e siècle seraient les unilingues. »

[André, journaliste, Axel 6 ans, Arthur, 2 ans et demi, Huy]

« Comme tous les parents, je veux le meilleur pour mon fils unique. On rêve qu'Alban puisse aller le plus loin possible dans ses études et – pourquoi pas ? – devenir chirurgien comme son père. Bien sûr, si c'est son souhait. Pour nous, une bonne formation est essentielle dès le début de la scolarité. L'école que nous avons choisie lui apprend déjà à former des lettres, à faire des premiers calculs. On veut lui donner un bon départ dans la vie, pour avoir un bon métier, car notre société ne fait pas de cadeau. C'est d'ailleurs pour cela que mon mari et moi ne voulons qu'un enfant, pour être totalement disponible pour lui. J'ai décidé de travailler à mi-temps (...) le suivre dans ses devoirs et leçons. »

[Aline, infirmière, Alban, 4 ans, Bastogne]



PLUTÔT UNE QUESTION DE TÂTONNEMENTS

Cependant, conscients de l'esprit de compétition qui règne dans nos sociétés, des parents font d'autres choix... qui ne sont pas toujours évidents.

« Aujourd'hui, les enfants doivent acquérir des savoirs et des compétences, même en maternelle. En primaire, les professeurs mettent l'accent sur l'acquisition des savoirs au détriment de leurs compétences... Comme parents, nous voulons que nos enfants soient mieux placés et, quelque part, nous devenons un peu complices du système. Comme parents, nous avons voulu que notre fils de 4 ans redouble parce qu'il n'était pas vraiment mûr pour passer à la classe suivante. Il est intelligent, mais il avait juste besoin d'un peu plus de temps que ses petits camarades. Nous ne considérons pas cela comme un échec, mais plutôt comme une occasion de prendre son élan pour pouvoir franchir un obstacle. Et ce n'est pas non plus pour ça qu'il deviendra un drogué ou un délinquant. Nous avons eu beaucoup de mal à faire entendre notre point de vue à l'école : il nous a fallu voir les enseignants, le centre PMS, etc. Il faut comme parents avoir de la carrure pour tenir tête à tout un système...

Ce qui est drôle aussi, c'est que dans certaines écoles, à la place de "redoubler", on préfère le terme "retenir un enfant" pour éloigner l'image de l'échec. Nous sommes dans une société où c'est la compétence qui compte. Les petits enfants doivent ainsi arriver à l'école avec un niveau. Au sortir de la troisième maternelle, un enfant doit, par exemple, connaître les chiffres de 1 à 6 et les lettres de son nom. Moi, de mon passage à l'école maternelle, je ne me souviens que des jeux. Aujourd'hui, que font les parents face à ces demandes ? Ils culpabilisent, ce qui va se traduire par des inscriptions à des stages d'été, à de multiples activités extrascolaires. Dans ces cas, les loisirs sont orientés résultats. Je connais des enfants de 6 ans qui suivent des cours de jeu d'échecs... Beaucoup de parents sont ainsi pris dans un engrenage schizophrénique : doit-on stimuler les enfants ou doit-on les laisser jouer ? Etre bon parent je crois, c'est être critique par rapport à ce qu'on fait et avoir une organisation de vie qui prenne en compte les enfants. »

[Damien, animateur socioculturel, Valentin, 6 ans, Elisabeth, 3 ans, Waterloo]

D'autres façons de faire seraient probablement bienvenues. Cela doit pousser à résister au modèle de parents parfaits vers lequel notre société a tendance à pousser.

*N'est-ce pas à chaque parent de « tâtonner » et trouver ce qui lui semble le mieux ?
Mais cette option n'induit-elle pas aussi davantage de pression individuelle ?*

POUR DES PARENTS BIEN DANS LEUR PEAU

Les parents posent un certain nombre de choix pour ce qui est de l'éducation de leurs enfants. Mais dans quelle mesure les choix parentaux sont-ils influencés par la société ? L'archétype de bons parents qu'elle propose ne pousse-t-il pas les pères et les mères à être dans la surenchère des performances ? Or, l'idéal de parents parfaits – censés avoir des enfants parfaits – représente une charge mentale trop importante et difficilement supportable dans la durée.

Contrairement au seul modèle que tend à présenter la société, il existe en effet une multitude de façons d'être parents et d'autres manières d'élever ses enfants qui n'en font pas de plus mauvais parents. C'est ce qu'il faut comprendre avec cette phrase que l'on entend parfois : **on ne naît pas parent, on le devient**. Il s'agit d'un processus qui est fait de hauts et de bas et qui est sans doute plus intéressant à expérimenter...

Plutôt que culpabiliser les pères et les mères, notre société devrait prendre le temps de s'arrêter sur les manières susceptibles d'aider les parents à élever au mieux leurs enfants, une tâche qui n'est somme toute pas facile à concilier avec leurs multiples obligations. Certes des aménagements de temps de travail existent, mais sont-ils suffisamment adaptés aux besoins parentaux actuels ?... Au niveau des écoles, les élèves devraient tous pouvoir bénéficier

d'une formation de qualité mettant l'accent sur les compétences à développer plutôt que sur l'acquisition de connaissances et la performance. On devrait aussi encourager les parents à participer davantage aux associations de parents de façon à mieux être associés au projet pédagogique des écoles que fréquentent leurs enfants. Les systèmes de soutien à la parentalité gagneraient aussi à être développés, etc.

Réfléchir ensemble en termes de solidarité ne se révélera-t-il pas à terme plus payant pour la collectivité ?

Ce n'est qu'en agissant sur ces différents éléments que notre société aidera au mieux les parents, réduisant du même coup leur stress et leurs craintes, ce qui ne peut qu'être bénéfique pour l'avenir de leurs enfants.



1. BARBIER C., *L'épuisement maternel : il faut en parler !*, magazine BIOINFO, avril 2012, n° 118.
2. Pour en savoir plus sur l'histoire des droits de l'Enfant, voir sur www.droitsenfant.org
3. Pour en savoir plus voir l'étude de : JAMIN Charlotte et PERRIN Nathalie, *Les politiques publiques en matière d'enfance et de jeunesse au XXème siècle, en Belgique et en Communauté française*, Université de Liège - Institut des Sciences humaines et sociales, mai 2005, 241 p.
4. EPSTEIN R., *Qu'est-ce qui fait de bons parents ?*, Cerveau & Psycho n° 44, mars-avril 2011.
5. *Accueillir un premier enfant : entre aide... et désinformation*, sur <http://lesvendredisintellos.com>
6. LUALABA LEKEDE A., *L'égalité homme-femme dès le berceau ?*, coll. Egalité entre les femmes et les hommes, asbl Question Santé, 2011, pp. 4-5.
7. PURVES L., *Comment ne pas être une mère parfaite ou l'art de se débrouiller pour avoir la paix*, Editions Odile Jacob, mai 1994, 256 p.
8. Ceux que la question intéresse peuvent lire le dernier essai de la philosophe Elisabeth Badinter, *Le conflit : la femme et la mère*, éd. Flammarion, 2010.
9. Certains chercheurs présument qu'il s'agit d'une attitude protectrice pour se préserver d'un trop grand chagrin. En effet, dans un contexte où le taux de mortalité infantile était élevé, il s'agissait de ne pas trop s'attacher à ses enfants car on ne savait jamais s'ils allaient arriver à l'âge adulte.
10. *La maternité et ses représentations*, sur http://alter-ideo.over-blog.com/pages/La_maternite_et_ses_representations-4745010.html
11. KATZ M. et TORREKENS M., *Vous voulez un enfant performant...*, sur <http://leligueur.citoyenparent.be>

Brochures disponibles dans la même collection « Représentations »

- « Qu'est-ce que le bonheur ? » (Brochure : textes + vidéos - 2011)
- « Suicide : une histoire de vie ? » (Brochure - 2011)
- « Prévention et santé : un peu, beaucoup, ... pas du tout » (Brochure - 2011)
- « Puisqu'on est jeunes... et cons ? Les prises de risques à l'adolescence » (Format informatique (textes + vidéos) - 2010)
- « Etre bien dans sa tête, une obligation sociale ? » (Brochure - 2010)
- « Pourquoi devient-on bio ? » (Brochure - 2010)

Etre parent est, paraît-il, le plus beau métier du monde. Si tous les parents désirent élever et éduquer au mieux leurs enfants, il apparaît cependant que les difficultés ne manquent pas. Essentiellement parce que notre société a de plus en plus souvent un discours extrêmement normatif sur ce que les bons parents sont censés faire.

Au nom du bien-être des enfants, des parents s'investissent ainsi sans compter... Mais l'idéal de parents parfaits a un prix élevé : des parents, pris dans un marathon sans fin, sont épuisés et les enfants aussi.

Pourtant, si parfois ici et là, on voit surgir des pratiques parentales qui questionnent, un coup d'œil dans l'histoire et un regard qui va un peu au-delà de notre réalité immédiate montrent qu'il n'y a pas de recette miracle pour être de bons parents.

Et si au lieu de culpabiliser les parents qui ne feraient pas comme le voudrait la société, on cherchait plutôt ensemble comment celle-ci pourrait mieux les soutenir dans leur rôle ?

Cette brochure s'adresse à tous les publics
et est téléchargeable sur le site www.questionsante.be

Edition 2012