

Parenting :

conscience et inconscient des parents

À force de recommandations, de conseils matraqués, de recettes éducatives toutes faites et censées être universelles, valables et applicables à tous, quel choix laisse-t-on et quelle place fait-on aux parents ? Des questions essentielles, car seule une figure parentale autonome, prenant en compte sa singularité et libérée de tout sentiment de culpabilité, favorise une éducation assumée, source de stabilité et de sécurité pour l'enfant. Questionnons-nous sur le *parenting*, cette multitude de comportements non figés que déploient les parents tout au long de leur mission d'éducation, afin d'être en mesure de les guider face aux exigences des tout-petits.

La parentalité, qui fait partie du vocabulaire français, renvoie à un état, un statut : celui d'avoir au moins un enfant. On est parent ou on ne l'est pas. Le *parenting*, quant à lui, est un terme emprunté à l'anglais et fait référence à l'action de « parenter » qui ne se résume pas à un simple état de fait, mais à une multitude de comportements et attitudes qui relèvent de la manière dont on élève son enfant. Autrement dit, le *parenting* n'est pas figé et établi une fois pour toute, mais se déploie au quotidien et tout au long de l'éducation de son enfant. À travers son rôle, le parent doit composer avec de multiples influences, internes et externes, conscientes et inconscientes, qui ne sont pas toujours faciles à concilier.

Être parent aujourd'hui

Il existe aujourd'hui de nombreuses méthodes éducatives à la portée des parents et pourtant ceux-ci semblent tout aussi démunis, voire plus qu'auparavant. Nombre d'entre eux ne trouvent pas dans ces guides de solutions réalistes à leurs problèmes. Sylvaine, débordée dans son rôle de mère, confie : « *On sait tous ce qu'il faut faire.* » Le problème n'est pas toujours de savoir quoi faire, mais comment mettre en application certains principes de base.

Certains sketches d'humoristes¹ mettent en scène le contraste entre ce qui caractérise la « mère parfaite » et la « mère réelle ». Les blogs et forums abondent où les parents s'exaspèrent devant des mouvances idéalistes mais finalement culpabilisantes sur la bonne façon d'élever un enfant. Voici le témoignage d'une

maman « normale » qui s'insurge contre les mères qui prônent ce type de méthode : « *Mais à aucun moment elles ne te disent que tu vas en ch... [...]. Que parfois ce sera dur. Que tu vas échouer. Que tu vas re-crier. Que parfois ta journée a fait que tu n'as pas la patience de répéter sept fois, avec bienveillance et un grand sourire en t'accroupissant à hauteur d'enfant "Mon très cher chérubin, que faut-il mettre après la douche pour aller se coucher au lieu de courir à poil en excitant tes sœurs et en sautant contre les murs ? Ouiiii ton pyjama ! Bravo des pieds mon bonhomme."* »²

Plusieurs facteurs peuvent expliquer cette difficulté de mise en pratique de ce que les guides sur la parentalité recommandent.

La « bonne » méthode

Il semble se dégager un certain consensus sur le mode d'éducation idéal, lui-même lié à une conception couramment admise de l'enfant. Depuis le début du xx^e siècle, de nombreuses théories éducatives et psychologiques ont fait évoluer la vision que l'on a de l'enfant, qui est perçu à présent comme une personne à part entière et dont les parents doivent tout faire pour favoriser le bon développement. Parallèlement à cette plus grande prise en compte du point de vue de l'enfant s'observe une remise en cause du rapport d'autorité³.

Mais si la société véhicule certaines normes, cela n'efface pas la spécificité des croyances propres à chaque individu. Difficile alors de concilier une méthode unique à la diversité des principes de chacun. Un parent qui considère qu'il faut écouter son enfant aura probablement plus de mal à lui faire accepter une décision ferme et contraire à ses désirs. À l'inverse, un parent qui



juge l'autorité importante sera sans doute réticent à prendre en compte systématiquement le point de vue de son enfant. Ainsi, des décalages entre « la bonne méthode » et les convictions personnelles sont inévitables.

Ces décalages favorisent chez le parent une incapacité à mettre en pratique les préceptes énoncés par certains experts. Celle-ci entraîne chez l'adulte un sentiment d'inaptitude et de culpabilité, qui ne fait que renforcer les difficultés qu'il rencontre avec son enfant.

Psychologie et éducation

La psychologie de l'enfant a, elle aussi, énormément évolué au cours des dernières décennies. Dès les premiers jours de sa vie, l'enfant n'est plus considéré comme un simple tube digestif mais comme disposant de nombreuses compétences sociales et doué d'intentions⁴. On s'est aperçu par exemple que le nourrisson pouvait réagir à son environnement par un état dépressif⁵ et avait la capacité à garder en mémoire des expériences très précoces⁶. Et selon la qualité des soins dont il fait l'objet, il développe des capacités d'adaptation et de résilience plus ou moins importantes, ce qui retentit sur son équilibre psychologique. On comprend alors le rôle déterminant que jouent les parents.

Cette compréhension des mécanismes à l'œuvre dans le devenir de l'enfant souligne l'importance des soins qui lui sont prodigués. Par voie de conséquence,

le parent dont l'enfant a un comportement problématique s'interrogera tout naturellement sur les erreurs qu'il a pu commettre en l'éduquant. La responsabilité du problème repose donc sur les parents. L'engouement pour la psychologie et la psychanalyse invite les adultes à rechercher les « causes profondes » derrière les agissements de l'enfant. Celui-ci est ainsi perçu comme ayant subi un préjudice et non comme ayant une part dans ce qui se passe.

Cette mère d'un garçon de 9 ans⁷ cherche automatiquement en elle les fautes qu'elle aurait commises pour rendre compte du caractère difficile de son fils : « *J'essaye depuis toujours de lui faire respecter les règles de vie, je lui dis chaque jour que je l'aime, mais je le sens sans arrêt speed, il s'endort très tard, et surtout manque de respect. Je ne sais plus quoi faire, puisqu'il est presque constamment puni, je ne laisse pas passer les bêtises, je ne suis pas une mère démissionnaire, et je l'aime. Je ne comprends*

pas, et ça devient invivable. Rien ne fonctionne plus, et je n'ai personne pour m'épauler. [...] En même temps, je me dis que si ça se passe comme ça, c'est sûrement de ma faute, y'a un truc que je ne fais pas bien, que j'ai zappé. Il y a beaucoup de culpabilité de ma part. »

Certes, son sentiment de culpabilité lui permet de croire que c'est elle qui peut changer la situation, mais il n'est pas sans affecter son moral et sa confiance en elle en tant que parent. Les solutions qu'elle cherche ne sont sans doute pas là où elle pense, les réponses se situant probablement au-delà de ses méthodes éducatives...

Le bien de l'enfant

En creux, les méthodes éducatives actuelles laissent entrevoir un portrait-type du mauvais parent : celui qui se met en colère, qui crie, qui n'a pas la réponse... Comme si l'enfant ne devait vivre que des relations aseptisées, dénuées de tout conflit et ne connaître de son parent qu'une façade d'adulte en contrôle permanent et maître de toute situation. Le parent est ainsi tenu de se contenir et de s'effacer pour le bien-être de son enfant. C'est tout juste s'il a encore le droit d'être humain...

Les parents eux-mêmes s'astreignent à des exigences fortes envers leurs enfants et craignent souvent de ne pas en faire assez pour eux. Un sondage IPSOS de 2016⁸ révèle par

exemple que 57 % des parents culpabilisent

de manquer de temps avec leur enfant.

Pourtant, les enfants

de ces mêmes

parents (âgés

de 7 à



le recul nécessaire pour se rendre compte que son enfant, qui le connaît comme personne, sait jouer sur ses cordes sensibles et sur ce qui le touche au plus profond de lui-même pour obtenir de lui des bénéfices à court terme. En comprenant la représentation ce qu'il fait et la manière dont il participe, à son insu, à certains comportements dont il ne veut plus.

Et si le parent avait une personnalité ?

Il devient beaucoup plus aisé pour un parent de se comporter de manière constante lorsqu'il est guidé par ce qu'il pense plutôt que par des influences extérieures, parfois contradictoires. Il n'est pas tenable d'agir tel un robot d'une manière stéréotypée et non accordée avec ce que l'on est. L'accordage affectif doit certes se faire en fonction de ce que ressent l'enfant, mais de ce que le parent ressent aussi ! Ainsi, trouver son propre *parenting* permet d'être à l'aise dans l'éducation que l'on dispense et d'en finir avec la culpabilité de ne pas réussir à appliquer des méthodes toutes faites. La personnalité du parent peut alors s'exprimer, ce qui lui permet d'avoir des échanges plus authentiques avec son enfant. Une relation dans laquelle on peut être soi-même est déjà en soi une relation dans laquelle on se sent mieux. L'enfant tirera lui aussi les bénéfices d'avoir un parent constant et assumé.

- 1 - Par exemple, Florence Foresti (2014) *Les mamans calmes dans le spectacle Madame Foresti*.
- 2 - Par exemple : <https://shivamama.fr/le-jour-ou-la-parentalite-positive-mignonflee/>
- 3 - Miljkovitch, R., & Poisson, F., (2018) *Parenting. Le parent aussi est une personne*. Paris : Odile Jacob.
- 4 - Voir Miljkovitch, R., Gratier, M., & Danet, M., (2012) Les interactions précoces : dialectique de l'attachement et de l'exploration. In Tarabulsy, G. M., Provost, M. A., Lemelin, J.-P., Plamondon, A., & Dufresne, C., (Eds) *Le développement social et émotionnel chez l'enfant et l'adolescent*. Québec : Presses de l'Université du Québec, pp. 185-228.
- 5 - Spitz, R., Wolfe, K. M., (1946) Anaclitic depression: An inquiry into the genesis of psychiatric conditions in early childhood, II. *Psychanalytic Study of the Child*, 2: 313-342.
- 6 - Miljkovitch, R., & Vanwalleghem, S., (2016). Les représentations chez le bébé. In Cyrulnik, B. (Ed.) *Boris Cyrulnik et la petite enfance*. Savigny-sur-Orge : Editions Philippe Duval, pp. 255-265.
- 7 - http://forum.psychologies.com/psychologiescom/Parents-Je-craque/comportement-probleme-fils-sujet_435_1.htm
- 8 - IPSOS, (2016) Baromètre des relations parents-enfants. Le temps passé ensemble. https://ipsos.com/sites/default/files/files-fr-fr/doc_associe/ipsos_pour_ferrero_barometre_kinder_17.01.2017.pdf
- 9 - Patterson, G. R., (1982) *A social learning approach to family intervention : III. Coercive family process*. Barcelona: Castalia.
- 10 - Miljkovitch, R., & Poisson, F., (2018) *op. cit.*

Raphaële Miljkovitch est psychologue, thérapeute familiale et professeure de psychologie à l'Université Paris 8.

François Poisson est psychopédagogue et co-fondateur du Centre de Conseil en Education et Scolarité (CCES) avec Raphaële Miljkovitch.

SCIENCE



L'attachement aujourd'hui : parentalité et accueil du jeune enfant

Blaise Pierrehumbert (dir.) - Éditions Philippe Duval
2019 - 288 pages

On connaît l'importance des liens que les tout-petits construisent avec ceux qui les accompagnent au quotidien : parents, famille plus éloignée, professionnel(le)s de l'enfance.

Mais en regard des évolutions multiples de la société (métamorphose du modèle familial comme des attentes relatives à la parentalité, phénomène migratoire, ultra-technologisation, etc.), comme des évolutions scientifiques, l'attachement tel que décrit par la théorie est-il toujours d'actualité ? Dans quelle mesure est-il nécessaire de le revisiter ? Quelles sont les implications pour la parentalité ainsi que pour les professionnel(le)s de la petite enfance ? Et qu'en est-il également de l'impact des nouvelles technologies sur la vie relationnelle ?

Des questions qui méritent d'être posées et dont les réponses seront autant d'outils pour accompagner les plus jeunes d'aujourd'hui et de demain...

La théorie de l'attachement, revue et actualisée !

Raphaële Miljkovitch
François Poisson

Parenting

Le parent aussi est une personne



21,90€



Parenting

Le parent aussi est une personne

Raphaële Miljkovitch, François Poisson - Odile Jacob
2018 - 256 pages

Nombreux sont les parents qui s'interrogent sur la bonne manière d'élever leur enfant. Il est parfois difficile de savoir ce qu'il faut faire, qui écouter, ou de comprendre pourquoi ils n'y arrivent pas.

Ce livre propose une approche novatrice qui consiste à analyser les multiples facteurs qui empêchent les parents de se sentir compétents et légitimes dans leur rôle éducatif. À partir de cas concrets, il décrypte les mécanismes à l'œuvre dans les familles, afin de permettre à tous les parents de reprendre les rênes et de s'épanouir dans leur relation avec leur enfant.

Pour une éducation choisie, libérée des pressions plus ou moins conscientes qui pèsent sur le parent et l'affectent dans son parenting !