

LE RÔLE DU PÈRE : UNE COURSE À OBSTACLES?!

Carl Lacharité
Université du Québec à Trois-Rivières

AVERTISSEMENT¹

Ce texte est rédigé comme s'il s'adressait à des pères et les interpellait directement. Il est écrit par un père s'adressant à d'autres pères. Il est rédigé dans un style qui parfois caricature les rapports hommes-femmes et les rapports pères-enfants. L'objectif est de tenter de faire un certain nombre de démonstrations qui vise à confronter les pères et les faire réfléchir à la position qu'ils occupent et aux gestes qu'ils posent. Mille excuses pour les sensibilités qui pourraient être froissées par le ton et l'absence de nuance.

Un commentaire sur le titre : décrire la paternité comme une course à obstacles colle tout à fait à la réalité d'un bon nombre de pères. Cependant, plusieurs d'entre eux réussissent à franchir les obstacles tellement bien (soit parce que ceux-ci ont été aplanis par le contexte ou parce que le père dispose de qualités personnelles qui le prépare bien à cette course) qu'ils oublient la complexité du trajet qu'ils ont parcouru jusqu'à maintenant. À l'opposé, pour d'autres pères, l'expression « course à obstacles » constitue un euphémisme en raison de l'ampleur des difficultés qu'ils rencontrent. Enfin, certains pères, pour diverses raisons, ont simplement refusé de s'engager dans la course et ont choisi de se tenir à distance des principaux enjeux affectifs et sociaux de la paternité. Ils jouent sur un autre terrain avec d'autres règles.

Enfin, le thème même de ce texte – les défis de la paternité - ne minimise en rien la complexité du rôle de la mère. Il ne faut pas voir ici une attitude complaisante à l'endroit des pères (« Pauvres hommes! Ils rencontrent tellement d'embûches. Les femmes, les enfants et leur environnement leur rendent la tâche tellement difficile... »). Si la paternité est une course à obstacles, la maternité, quant à elle, est un champ de mines!

Au moins quatre obstacles caractérisent le rôle du père aujourd'hui :

1. Être parent aujourd'hui, c'est surtout une affaire de femmes et cela veut dire de fonctionner surtout dans un monde de femmes!
2. La relation conjugale : un obstacle tout autant qu'un atout!
3. Deux jobs à temps plein, c'est pas évident!
4. Les enfants d'aujourd'hui sont comme les nouvelles technologies : plus performants, mais plus compliqués!

¹ Adresser la correspondance à l'adresse suivante :
UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES
Département de psychologie
C.P. 500, Trois-Rivières (QC)
G9A 5H7
(819) 376-5156
(819) 376-5195 (fax)
Carl.Lacharite@uqtr.ca

LES DÉFIS

ÊTRE PARENT AUJOURD'HUI, C'EST SURTOUT UNE AFFAIRE DE FEMMES ET CELA VEUT DIRE DE FONCTIONNER SURTOUT DANS UN MONDE DE FEMMES!

- Auparavant, les rôles de père et de mère étaient très distincts.
- Depuis 50 ans, nous avons surtout porté attention à comprendre comment les enfants se développent dans la relation avec leur mère.
- Cela a fait en sorte de re-définir le rôle de père à partir des connaissances sur la relation mère-enfant. Le père est peu à peu devenu une mère substitut.
- D'autre part, les revendications des femmes au cours des 40 dernières années à propos des relations égalitaires avec les hommes ont invité ces derniers à pénétrer et à s'impliquer dans un monde presque uniquement féminin (cours prénataux, présence à l'accouchement, soins au bébé, tâches domestiques, tâches sociales reliées à l'enfant et à la famille, etc.).
- Cette situation constitue un obstacle non pas parce que les pères se retrouvent en contact avec des femmes (cela est même plutôt agréable!), mais parce qu'ils doivent apprendre à fonctionner sous un mode qui ne leur est pas familier. Ils doivent apprendre à fonctionner dans un monde – celui des femmes – à l'intérieur duquel les règles et les normes sont sensiblement différentes de celles qui caractérisent le monde dans lequel on leur a appris à évoluer.
- De plus, cela signifie que le père est surtout « regardé » ou « jugé » par des femmes (sa conjointe, sa mère, sa belle-mère, la gardienne, l'enseignante, l'éducatrice, l'infirmière, l'intervenante, etc.).
- Il y a des pères qui refusent carrément de jouer ce jeu; d'autres qui vont entrer dans ce monde et rester sur le bord; d'autres vont y entrer, y circuler, y faire leur petite affaire et en ressortir; d'autres enfin vont se mêler aux « indigènes », apprendre leur langage et leurs coutumes. Ce sont ces derniers qui semblent le mieux s'en tirer.

LA RELATION CONJUGALE : UN OBSTACLE TOUT AUTANT QU'UN ATOUT!

- L'accès des pères à leurs enfants est, en bonne partie, contrôlé par leur conjointe. Cela peut se faire d'une façon très manifeste et explicite, mais habituellement cela se fait sous un mode plus subtil. Les mères jouent souvent un rôle de sentinelle (« gatekeeper »).
- Cette attitude (possessive?) des mères a probablement des bases biologiques qui amènent les femelles de plusieurs espèces animales à protéger leurs petits et, en particulier, à les protéger contre les mâles (incluant le géniteur). Certaines formes de vie en société peuvent renforcer cette tendance tandis que d'autres peuvent la décourager. Nous faisons actuellement partie d'une société qui renforce cette attitude. Les femmes sont considérées comme étant moins « dangereuses » pour les enfants que les hommes, même si dans les faits les deux sexes sont autant « à risque » l'un que l'autre.
- Il faut également dire que cette attitude des mères est souvent renforcée par la tendance naturelle des hommes à « prendre des risques » avec leurs enfants ou à les pousser dans leurs limites.
- Certains pères vont réagir négativement à une telle attitude chez leur conjointe. Ils vont réagir par de la frustration, de la colère et même de l'agressivité. D'autres vont compétitionner avec la mère pour gagner l'attention de l'enfant. D'autres vont même « bouder ». Enfin, d'autres vont laisser-faire et démissionner.
- Un autre aspect de la relation conjugale en tant qu'obstacle a trait au soutien dont le père dispose pour jouer son rôle.
- Être parent exige un soutien continu et intense (encouragement, coup de main, d'assistance, conseil, etc.). Les femmes vont chercher ce soutien auprès de plusieurs personnes autour d'elles (habituellement leur conjoint et d'autres femmes). Les hommes, par contre, vont avoir tendance à mettre tous leurs œufs dans le même panier : leur principale (et souvent même) seule source de soutien, c'est leur « conjointe »!

- C'est un peu mince pour la complexité et l'ampleur de la tâche d'un parent qui veut vraiment s'impliquer dans son rôle. C'est pourquoi plusieurs hommes vont limiter leur implication paternelle à l'intensité du soutien qu'ils reçoivent de leur conjointe. Sans s'en rendre vraiment compte, ils peuvent en arriver à se dire : « Je n'ai pas plus de soutien, donc je n'en fais pas plus! ».
- De plus, si la relation conjugale bat de l'aile, ces pères sont « faits » : ils n'ont pratiquement plus de soutien pour jouer leur rôle. Le père peut fonctionner comme cela pendant un court laps de temps et continuer à s'impliquer, mais, à long terme, cela se solde souvent par une démission à moins qu'il ne se trouve d'autres sources de soutien (ou que son lien à l'enfant se transforme en prétexte pour « rester » en conflit avec sa conjointe!!!).

DEUX JOBS À TEMPS PLEIN, C'EST PAS ÉVIDENT!

- Cet obstacle est nouveau pour les pères, mais très ancien pour les mères! Dans la mesure où les pères souhaitent s'impliquer davantage auprès de leur enfant, cela va engendrer des conflits plus ou moins importants avec leurs autres rôles et activités.
- Une implication accrue du père auprès de son enfant signifie une pression plus grande sur le travail et les objectifs de carrière : la conciliation travail-famille n'est pas juste une affaire de femmes!
- Les hommes et les femmes n'approchent pas cet obstacle de la même façon : dans les situations de conflit famille-travail, les femmes ont tendance à prioriser leur famille; tandis que les hommes vont avoir tendance à prioriser leur travail.
- Cela a pour conséquence que les femmes ont plus tendance à « perdre des plumes » au travail (moins d'opportunités d'avancement et de promotion, plus de stress au travail, plus d'arrêts de travail, etc.); tandis que les hommes « perdent des plumes » à la maison (moins de contact avec les enfants, plus de stress dans la famille, tension conjugale, etc.).

LES ENFANTS D'AUJOURD'HUI SONT COMME LES NOUVELLES TECHNOLOGIES : PLUS PERFORMANTS, MAIS PLUS COMPLIQUÉS!

- Les enfants d'aujourd'hui ont besoin que leurs parents s'impliquent dans leur vie de manière beaucoup plus intense qu'avant.
- Ils ont à faire très tôt des choix difficiles (drogues, sexe, etc.), ils ont à composer avec un monde de plus en plus complexe où les choses ne sont plus simplement noires ou blanches, bonnes ou mauvaises.
- Ils ont de plus en plus de contacts avec d'autres jeunes du même groupe d'âge qu'eux et de moins en moins de contacts avec des personnes d'autres groupes d'âges (en particulier pour les garçons). Cela rend d'autant plus important l'implication continue des parents, et du père en particulier, dans la vie de leurs enfants.
- Cela signifie cependant de discuter avec les enfants, ce qui n'est pas une chose facile à faire en raison de l'écart entre les façons de penser et en raison du fait que les jeunes vont résister à ce type de discussion quant ils ont l'impression que l'objectif que les parents visent est de les contrôler.
- Les émotions sont devenues des aspects incontournables de la réussite sociale (intelligence émotionnelle!). Toutefois, ce n'est pas un domaine où les hommes ont la réputation d'exceller! Les hommes ont plutôt la réputation de « couper les coins ronds » en matière de sentiments et d'émotions.
- En présence de problèmes personnels ou interpersonnels (chez eux-mêmes ou chez les autres), les hommes ont tendance à avoir les réactions suivantes :
 - Ignorer le problème et faire comme si de rien était (« ça va passer! Les choses vont se replacer! »)

- Si le problème ne peut pas être ignoré, trouver des solutions immédiates et à court terme. « Pas de niaisage avec le puck! », « il faut que cela arrête le plus vite possible pour qu'on passe à autre chose! »
- Difficulté à demander de l'aide. Les demandes d'aide sont vues comme une marque de faiblesse parce que l'homme doit avouer qu'il n'a plus le contrôle de la situation. Quand l'homme se résout quand même à demander de l'aide, c'est soit pour déléguer le problème à quelqu'un d'autre (« occupe-t-en!! ») ou dans le but d'obtenir des résultats immédiats, il ne veut pas rester trop longtemps dépendant d'une autre personne

LES PISTES D'ACTION

ÊTRE PARENT AUJOURD'HUI, C'EST SURTOUT UNE AFFAIRE DE FEMMES ET CELA VEUT DIRE DE FONCTIONNER SURTOUT DANS UN MONDE DE FEMMES!

- Faites-vous reconnaître et apprécier « comme personne » des femmes que vous êtes amenés à côtoyer à cause de vos enfants : soyez gentil, avenant, respectueux, honnête, patient, diplomate, drôle, etc. La grande majorité des hommes agit de cette façon pour « conquérir » le cœur d'une femme. Malheureusement, une fois la conquête réalisée, plusieurs d'entre eux mettent en sourdine (ou abandonnent carrément) ces attitudes. Lorsque les enfants arrivent et que vous devenez père, ces attitudes positives envers les femmes que vous êtes amené à côtoyer sont des clefs importantes.
- Prenez le temps d'observer non pas juste ce qui doit être fait avec les enfants, mais aussi « comment » cela doit être fait. Avec les femmes, il ne suffit pas de juste plier les serviettes, de sortir les poubelles ou de faire la lessive, il faut le faire d'une certaine façon! Il faut vous rendre compte que, en tant que père, vous vivez constamment sous le regard de plusieurs femmes. Contrairement aux hommes qui ont tendance à considérer que ce sont les résultats qui comptent, les femmes portent aussi beaucoup d'attention à la manière de les obtenir.
- Soyez modeste, demandez des conseils et du feedback, écoutez-les et tenez-en compte dans vos décisions. Dans le monde des femmes, ce n'est pas une marque de faiblesse de dire qu'on ne sait pas ou de demander de l'aide, c'est une marque d'intelligence!!! Prenez le temps de réfléchir avec les femmes que vous côtoyez aux choses qui touchent votre rôle de père.
- Parler de vos sentiments sans imposer votre point de vue. Avec les femmes, on ne lutte pas, on ne s'affronte pas; on explique (s'explique), on discute, on partage, on fait valoir, etc.
- Tous ces moyens vous permettent d'acquérir une solide crédibilité auprès des femmes que vous côtoyez. C'est cette crédibilité parentale qui va vous permettre d'agir différemment, d'affirmer votre style et d'orienter, en tant que père, les soins et l'éducation de vos enfants. Vous ne serez pas vu comme inepte, incompetent voire menaçant par les femmes qui vous entourent. Vos différences seront beaucoup mieux acceptées. L'affirmation de ces différences risque beaucoup moins de confronter ou de menacer ces femmes.

LA RELATION CONJUGALE : UN OBSTACLE TOUT AUTANT QU'UN ATOUT!

- Acceptez et même validez le rôle de sentinelle de votre conjointe. Ce n'est souvent pas une attitude qui dépend de sa volonté propre. Dans notre société, les femmes subissent énormément de pressions pour être des bonnes mères qui s'occupent adéquatement de leurs enfants.
- Parlez avec votre conjointe en mettant en relief :
 - Votre désir inébranlable de protéger et de voir au bien-être de votre enfant. Dites-lui clairement et de manière congruente que cela vous préoccupe vraiment et que vous vous souciez, à tous moments, de sa sécurité et de son bien-être.

- Vos intentions, vos projets avec l'enfant. Cela permet à votre conjointe de voir vos gestes et vos comportements sous un jour différent. Cela lui donne aussi l'occasion de se rendre compte que vous êtes pareils sous certains angles tout en étant différents sur d'autres.
- Les réactions positives de votre enfant lorsqu'il est en contact et en interaction avec vous. Cela permet aussi à votre conjointe de se rendre compte du plaisir que l'enfant a à faire des choses avec vous, même si ces choses sont différentes de ce qu'il fait avec elle.
- Recherchez activement d'autres sources de soutien (au-delà de celui que votre conjointe peut vous procurer). N'hésitez pas à parler de ce que vous vivez dans votre rôle de père à d'autres personnes. Vous ne perdez pas votre temps en faisant cela, vous vous donnez les moyens de vous impliquer encore plus avec votre enfant. Il n'y a pas 56 possibilités pour diversifier vos sources de soutien :
 - Les autres femmes de votre entourage. : dans votre famille, dans votre réseau social.
 - Les hommes que vous côtoyez : Il y a plus d'hommes que vous pensez qui sont intéressés à partager ce qu'ils vivent dans leur rôle de père. Juste le fait de parler de votre enfant en présence de vos amis ou collègues de travail, c'est déjà une façon de préparer le terrain pour du soutien éventuel.

DEUX JOBS À TEMPS PLEIN, C'EST PAS ÉVIDENT!

- « Si la montagne ne vient pas à Mahomet, Mahomet ira à la montagne » : témoignez, de toutes les manières possibles, de la présence de vos enfants dans votre vie professionnelle.
 - Amenez vos enfants visiter sporadiquement votre milieu de travail.
 - Affichez des photos de vos enfants et de votre famille dans votre environnement de travail.
 - Parler de vos enfants dans votre milieu de travail.
 - Organisez des activités récréatives familiales à l'intérieur de votre milieu de travail (Par exemple, pourquoi organiser juste un party d'employés pour Noël? Pourquoi ne pas organiser une fête de Noël familiale?)
 - Faites des démarches pour implanter une garderie dans votre milieu de travail.
- Trouvez des moyens pour rester en contact avec vos enfants même si votre travail vous retient ou vous amène loin.
- N'hésitez pas à profiter des congés parentaux ou d'autres mesures disponibles.
- Trouvez-vous des moyens et des alliés pour composer avec la pression qui vient de votre milieu de travail lorsque des problèmes de conciliation travail-famille se produisent.
- N'hésitez pas à affirmer que votre priorité, c'est votre famille et vos enfants et que vous êtes prêt à rechercher des solutions qui conviennent aussi à votre employeur, mais vous n'êtes pas prêt à remettre en question votre priorité.

LES ENFANTS D'AUJOURD'HUI SONT COMME LES NOUVELLES TECHNOLOGIES : PLUS PERFORMANTS, MAIS PLUS COMPLIQUÉS!

- Portez attention aux émotions de vos enfants, surtout celles de faible intensité. Il n'y a aucun mérite à porter attention aux émotions de forte intensité, elles sont habituellement claires et évidentes. Il est, par contre, beaucoup plus important de développer une sensibilité aux émotions de faible intensité. Ce sont ces émotions qui composent la vie quotidienne de vos enfants.
- Considérez ces émotions comme des occasions d'intimité avec l'enfant et des occasions d'éducation plutôt que comme des problèmes à résoudre afin de pouvoir passer à autre chose.

- Aidez l'enfant à nommer son émotion au moment où il la ressent. Ce n'est pas évident à faire avec les émotions de faible intensité. Par exemple, pour un enfant de 8 ans, ce n'est pas facile de savoir s'il est frustré ou en colère contre son ami qui a décidé d'aller jouer avec un autre jeune.
- Validez les émotions de votre enfant (gestes affectueux, réconfortants, etc.). Il a besoin de se rendre compte que vous êtes là pour le soutenir dans ce qu'il est et dans ce qu'il vit et non pas pour le changer et le faire devenir quelqu'un d'autre.
- Aidez l'enfant à résoudre lui-même les problèmes plutôt que lui suggérer des solutions toutes faites (établissez des limites; discutez des buts, des stratégies à utiliser; rappelez-lui les valeurs à respecter; etc.)
- N'hésitez à demander de l'aide, n'attendez pas à la dernière minute. Cette aide peut venir de votre conjointe, mais aussi d'autres sources.
- Persévérez dans notre recherche d'aide même si vous ne trouvez pas du premier coup.
- Acceptez que certains problèmes n'aient pas de solution immédiate voire même de solution tout court!!! Parfois une solution vite trouvée est pire que le problème lui-même.