L'engagement des pères, quels défis ? CLIC Février 2019

Dre Delphine Coulon, Maitre d'enseignement en santé de l'enfant et de la famille, Haute Ecole de Santé de Genève

Pre Francine de Montigny, Centre d'études et de recherche en intervention familiale, Université du Québec en Outaouais

Contact : delphine.coulon@hesge.ch

Les défis actuels de la paternité s'inscrivent dans une approche globale du bien-être de la famille. Les déterminants de l'engagement paternel sont des caractéristiques contraignantes ou facilitantes liées au père, au contexte environnemental familial, social et socioéconomique, (Forget, 2009). L'engagement est positif pour la dynamique familiale, la conjointe diminuant le stress parental et l'enfant (Menéndez, Hidalgo, Jiménez et Moreno, 2011; Forget, 2009). L'engagement précoce permet la disponibilité et la participation aux soins et à l'éducation deux ans plus tard, une sécurité accrue et un meilleur sentiment d'efficacité parentale (Brown, Mangelsdorf et Neff, 2012; De Montigny, Girard, Lacharité, Dubeau et Devault, 2013).

L'identité du père

L'engagement du père dépend de son identité paternelle incluant l'importance accordée à son rôle paternel (McBride et al. 2005). Les trois dimensions du rôle paternel sont une présence stable et investie, une implication directe avec l'enfant et un rôle « genre » (Le Camus, 2005). Elle se construit dès la grossesse avec la représentation de l'implication et évolue selon les transitions de vie (Trupin, 2007). Elle repose sur des fondations stables : l'existence d'une identité au niveau social, culturel, professionnel et personnel, l'environnement étant interdépendant (Sellenet, 2007). L'arrivée de l'enfant remet en cause ou renforce l'identité personnelle dans des situations de vulnérabilité. Le parent connaît un réajustement émotionnel et relationnel par rapport à ses propres parents. La naissance s'inscrit dans le temps, l'histoire des générations, du couple et l'histoire individuelle de chaque parent.

Devenir père est un sentiment évolutif. L'attachement est une démarche interactive, précoce due à la présence et l'échange et peut subir des perturbations (Brown, Mangelsdorf et Neff, 2012). Neuf mois sont nécessaires pour préparer le fils à devenir père (Le Camus, 2005). Le lien d'attachement semble un élément porteur de l'identité paternelle (paternité relationnelle) constituée par la relation père enfant. C'est la capacité à intérioriser ses comportements face à l'enfant, s'engager, s'impliquer, et un désir de construire une relation avec l'enfant (Forget, 2009). Plus l'enfant a des interactions précoces avec son père, plus le lien est renforcé.

L'identité de parent

Le processus de construction d'identité parentale, physiologique et psychologique pour la mère est psychologique pour le père selon les événements réels de la grossesse à la naissance : échographie, révélation du sexe, haptonomie, accouchement et rencontre (Le Camus, 2005).

L'homme voit son objet de désir modifié par le statut de mère et doit adapter la relation conjugale en tenant compte de la dyade mère-enfant et de la préoccupation maternelle primaire. Il a alors « une fonction de soutien, d'étayage et de confirmation narcissique de la mère dans sa maternité, qui rassurée et se sentant en sécurité d'être vue ainsi par le père» peut rassurer le père quant à son nouveau statut et le «paternaliser» en lui permettant d'entrer en relation (Vermeille, 2007, p.126). L'interaction triadique est essentielle pour que chacun s'identifie à son nouveau rôle. Le père pourra acquérir sa fonction de tiers séparateur, atténuer

la fusion de la dyade en protégeant l'identité propre de la mère et l'enfant (Vermeille, 2007).

Méthode

L'étude exploratoire qualitative, effectuée en collaboration avec l'Université du Québec en Outaouais, a lieu sur le grand Genève. La perception de 13 pères, francophones, avec des enfants de moins de 18 mois allaités, est recueillie à l'aide d'entretiens semi-directifs, selon des critères éthiques.

Résultats

Défis de la transition à la paternité

L'arrivée d'un être totalement dépendant fait émerger un rôle de responsabilités de type financier, matériel ou professionnel, parfois stressant, « paniquant », auquel les pères sont insuffisamment préparés. Le mode de vie devient plus responsable et sécuritaire. Le consensus parental au niveau éducatif nécessitant réajustements et soutien mutuel peut engendrer des tensions. La remise en question, la perte de liberté et même d'identité, parfois difficiles à vivre sont nommées par certains pères dans le devenir parent.

Les bouleversements brutaux concernent l'organisation et l'évolution des priorités avec un des activités sociales réduites par l'apparition de nouvelles contraintes. L'étape définie comme une «crise », est aussi décrite avec humour comme une «bonne expérience» avec des moments plus durs à relativiser. La fatigue, l'épuisement et parfois la dépression pour deux pères sont mentionnés. L'adaptation au changement reste un besoin prioritaire contrairement aux mères préoccupées par l'allaitement. Il est connoté positivement par les pères qui relèvent avec humour, outre des avantages physiologiques, matériels et psychologiques, celui d'être « moins fatigant : pas besoin de se lever la nuit ». Parfois perçu comme un frein à l'engagement, il représente un moyen de s'engager avec la famille et de s'impliquer dans la santé de la mère, la rassurant, la soutenant en valorisant ses compétences. L'insistance parfois peu adaptée est déplorée. L'implication post-partum, le contact physique « peau à peau » et l'interaction réciproque, favorisent le lien. Un temps d'accordage et de prise de conscience est parfois nécessaire. La relation continue à se développer par le partage de moments privilégiés et répétés de complicité pendant le bain, les soins de changes, le coucher, le portage, les massages, les promenades, les câlins, les jeux.

Des Besoins et des ressources pour les pères

La connaissance et la compréhension du bébé et de ses besoins semblent prioritaires pour les pères pour diminuer le sentiment de stress perçu et même d'impuissance. Ils souhaitent mieux comprendre les pleurs. Leur manque de confiance en soi diminue au cours du temps. La reconnaissance sociale est importante dans l'intégration du nouveau rôle. Le fait d'être félicité permet de se sentir exister en tant que père à la maternité et de ressentir de la fierté. L'entourage ne reconnait pas toujours le père comme personne. Il a besoin de se sentir valorisé dans ses compétences par sa conjointe et sa famille. Il peut se sentir devoir répondre à des normes sociales pour éviter d'être jugé comme un «mauvais père».

Le manque de reconnaissance par les professionnels est mentionné avec une impression d' »être jugé et testé ». Ils relèvent des compétences de relais, garant de la sécurité affective et physique et du bien-être de la femme et de l'enfant, valorisent les compétences maternelles et même dépistent un mal-être psychologique et physique d'une conjointe avant d'orienter. Des

stratégies de communication leur permettent de s'ajuster et de minimiser les tensions malgré des pensées d'évitement. Le fait de prendre du temps pour soi leur permet de garder un équilibre personnel et de relativiser, considérant que la phase difficile ne va pas durer.

Discussion et Perspectives

La présence, l'implication et la valorisation des hommes durant la grossesse et l'accouchement constituent des éléments significatifs dans le processus de construction de l'identité paternelle (Baker et al., 2007; Redshaw et Henderson, 2013). Elle revêt plusieurs dimensions ou rôles tels que « pourvoyeur, responsable, en interaction, prenant soin, affectueux, évocateur et citoyen avec le rôle d'autorité et d'éducation » (Forget, 2009). L'engagement paternel, élément clé du développement du père, contribue à augmenter l'estime de soi et la satisfaction personnelle et permet de créer le lien même en contexte d'allaitement (Rocha Carneiro et al., 2012). Le père contribue à l'ouverture et l'autonomisation de l'enfant. Il sait être source de soutien pour sa conjointe lors de la période périnatale et en cas de difficultés psychiques ou dépression post-natale, enjeu important de santé publique, pour dépister et orienter, (Haga et al., 2012).

Les entretiens mentionnent la fatigue voire la dépression qui touche 5 à 10% des pères (DeMontigny, Girard, Lacharité, Dubeau et Devault, 2013; Gutierrez-Galve, Stein, Hanington, Heron et Ramchandani, 2015; Musser, Ahmed, Foli et Coddington, 2012). La valorisation des compétences parentales et du rôle paternel, renforçant l'estime de soi et la confiance, est un facteur protecteur pour construire l'identité du père. Les compétences paternelles, reconnues par la partenaire, le sont insuffisamment par certains soignants « jugeants ». Les pratiques des professionnels de la santé influencent l'attitude des pères et le développement de leur rôle en période postnatale (Normand, Laforest et De Montigny, 2009). La perception du père de son propre rôle est également essentielle. Ces facteurs sont directement liés à leur engagement concret avec l'enfant. L'adaptation a des dimensions intra personnelles influençant l'identité, l'estime de soi, les émotions, la perception des relations à autrui et extra personnelles influençant l'attitude envers l'enfant, la conjointe, le travail (Adamsons, 2013).

Devenir père, étape majeure dans la vie d'un homme, relève d'un processus. Malgré des exigences parfois surprenantes pour des pères non préparés, ils développent des stratégies d'adaptation et des compétences à reconnaître. Mieux connaître les besoins singuliers des pères permet de les reconnaître, les soutenir, les impliquer et de considérer leurs forces. L'expérience québécoise Ami des pères est une piste pour développer des pratiques exemplaires visant à soutenir l'engagement paternel et former les intervenants.

Adamsons, K. (2013). A Longitudinal Investigation of Mothers' and Fathers' Initial Fathering Identities and Later Father-Child Relationship Quality. *Fathering: A Journal of Theory, Research & Practice about Men as Fathers*, 11(2), 118-137.

Baker, M., Miron, J.M., De Montigny, F., Lacharité, C. &Boilard, H. (2007). Le parcours des pères lors de la période périnatale : le rôle des sages-femmes. *Revue québécoise de psychologie*. 28(3).11-31

Brown, G. L., Mangelsdorf, S. C., & Neff, C. (2012). Father involvement, paternal sensitivity, and father—child attachment security in the first 3 years. *Journal of Family Psychology*, 26(3), 421-430

DeMontigny, F., Girard, M. E., Lacharité, C., Dubeau, D., & Devault, A. (2013). Psychosocial factors associated with paternal postnatal depression. *Journal of affective disorders*, 150(1), 44-49.

De Montigny, F., Lacharité, C., & Devault, A. (2012). Transition to fatherhood: modeling the experience of fathers of breastfed infants. *Advances in Nursing Science*, 35(3), E11-E22.

Forget, G. (2009) « La promotion de l'engagement paternel, des archétypes à transformer, une pratique à construire », *Reflets : revue d'intervention sociale etcommunautaire*, 15 (1) :79-101.

Gutierrez-Galve, L., Stein, A., Hanington, L., Heron, J., & Ramchandani, P. (2015). Paternal depression in the postnatal period and child development: mediators and moderators. *Pediatrics*, 135(2), e339-347.

Haga, S. M., Lynne, A., Slinning, K., Kraft P (2012) A qualitative study of depressive symptoms and well-being among first time mothers. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 26(3): 458-466.

Le Camus, Jean (2005). Comment être père aujourd'hui? Paris : Odile Jacob.

McBride, B. A, Brent, A., Brown, G.L., Bost, K., Shin, N., Vaughn, B., Korth, B. (2005). Paternal Identity, Maternal Gatekeeping and father Involvement. *Family Relations*. 54. 360-372.

Menéndez, S., Hidalgo, M. V., Jiménez, L., & Moreno, M. C. (2011). Father involvement and marital relationship during transition to parenthood: differences between dual and single-earner families. *The Spanish Journal of Psychology*, 14(2), 639-647.

Musser, A.K., Ahmed, A. H., Foli, K. J., Coddington, J. A. (2012) Paternal Postpartum Depression: What Health Care Providers Should Know? *Journal of Pediatric Health Care*. 27(6), 479-485.

Normand, A., Laforest, M., De Montigny, F. (2009). La perception de l'identité paternelle en période postnatale selon le type de suivi prénatal. *Enfances, Familles, Générations*, 11. 45-47-57.

Redshaw, M., & Henderson, J. (2013). Fathers' engagement in pregnancy and childbirth: evidence from a national survey. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 13, 70.

Rocha Carneiro, L. M., Lima da Silva, K., Souza Pinto, A. C., de Araajo Silva, A., da Costa Pinheiro, P. N., & Cunha Vieira, N. F. (2012). Fatherhood: Discourses of Men Who Experience a Closer and Participative Relationship in the Children Care. *Journal of Nursing UFPE*, 6(9), 2177-2182

Sellenet, C. (2007). Les pères en débat, regards croisés sur la condition paternelle en France et à l'étranger. Ramonville Saint-Agne, France : Erès.

Trupin, D. (2007). La paternité ne commence pas à la maternité. *Annales médicopsychologiques*, 165(7), 472-477.

Vermeille, A. (2007). Devenir père en néonatalogie. Empan, 65 (1), 125-128.