

MATERNALITE



PATERNALITE



PARENTALITE



MATERNALITE, PATERNALITE et PARENTALITE

A l'instar d'une médaille, j'ai deux facettes:

- l'une qui s'intéresse à la spiritualité INCARNEE et dont je vous parle souvent
- l'autre concerne la prévention de la violence faite aux enfants dans le cadre éducatif.

Pendant environ 2 semaines, je vais vous entretenir des divers aspects de la PARENTALITE.

Observez que le sujet n'est pas la maternité, ni la paternité qui définissent plutôt notre côté géniteur. Il s'agit donc de materNALité et de paterNALité, le processus qui se passe en nous (ou pas!) lorsque nous devenons parents.

Le but de ces posts est d'aider chaque parent en devenir à comprendre les profondes transformations qui surviennent inévitablement lorsque l'on change de statut : passer de fille de... ou de fils de... à mère de... ou père de...

Il s'agit d'une sorte de METAMORPHOSE. Souvent, cela se passe bien, mais pour toutes sortes de raisons, le contraire peut survenir aussi.

C'est donc important pour le PARENT EN DEVENIR de comprendre ce qui lui arrive, de savoir qu'elle ou il n'est pas le seul, la seule, à passer par cette sorte de voie initiatique.

Et surtout, d'avoir l'intelligence et l'humilité de demander de l'aide si l'on n'y arrive pas tout seul. Il n'y a pas de honte à ça. Ce n'est pas un aveu de faiblesse, mais plutôt, la preuve de sa force intérieure, celle qui assume et qui ne met pas la tête dans le sable.

Si vous êtes déjà parents, ou même grands-parents, pensez à faire suivre ces posts à vos contacts (amis et famille).

Rappelez-vous qu'il s'agit de PREVENTION. En lisant cela, vous avez aussi la responsabilité morale du partage.

Selon l'adage, "un homme AVERTI en vaut DEUX !"

Cornelia Gauthier



LA MATERNALITE

« Alors qu'à l'adolescence l'enjeu est de renoncer à l'enfance pour aborder l'âge adulte, au cours de la première maternité, l'enjeu est de changer de génération, de façon flagrante et irréversible. »

Monique Bydlowski

La maternalité décrit la naissance d'une mère. Devenir une mère est un véritable défi car la future et nouvelle maman va être confrontée à plusieurs situations inédites. Elle ne pourra pas y échapper. Alors, cela se passera bien ou mal selon les diverses circonstances anciennes et actuelle, mais cela se passera.

C'est le Dr Paul Claude Racamier, psychanalyste qui, en 1960, a donné ce nom de « maternalité » à l'état très particulier que traversent les femmes enceintes. Issue de l'anglais motherhood, elle se construit sur la base des mots « maternel », « maternité » et « natalité ». Elle qualifie tous les processus psychologiques affectifs liés au désir et à la réalisation de la maternité qui se développent et s'intègrent chez la femme lorsque cela se passe bien.

Voici quelques situations nouvelles pour elle :

- Changement de génération
- Sentiment d'étrangeté et fantasmes
- L'ambivalence naturelle et les trois identifications concomitantes
- Apparition de la mère intériorisée
- La nidification psychique
- Représentation imaginaire du futur bébé
- La préoccupation maternelle primaire

Je vais vous détailler chacun de ces points dans les jours suivants.

Changement de génération

Toute femme enceinte, qu'elle ait désiré sa grossesse ou non, traverse une crise identitaire majeure comparable à celle de l'adolescence. Le chamboulement n'est pas que physique. Il y a aussi des raz de marée psychiques. La future mère est déstabilisée car il est question, pour elle de changer d'identité. En effet, elle va passer de « Fille de... » à « Mère de... ». Si la crise de maternalité se passe bien, elle sera maturative. Mais il peut y avoir des ratés.

C'est le Dr Paul Claude Racamier, psychanalyste, qui, en 1960, a donné ce nom de « maternalité » à cet état très particulier que traversent les femmes enceintes. Issue de l'anglais motherhood, elle se construit sur la base des mots « maternel », «

Cornelia Gauthier

maternité » et « natalité ». Elle qualifie tous les processus psychologiques affectifs liés au désir et à la réalisation de la maternité qui se développent et s'intègrent chez la femme. « Devenir mère » entraîne inévitablement un questionnement sur ses propres origines, sur la différence des générations ou encore sur la mort. Dans la mesure où il s'agit d'une crise, elle est constituée d'un début et d'une fin. Elle commence dès l'annonce de la grossesse et se termine progressivement lorsque l'enfant a une année. Quant à la préoccupation maternelle primaire, qui décrit également un autre aspect du psychisme de la nouvelle mère, elle couvre une période plus courte, qui commence quelques semaines avant l'accouchement et qui dure encore trois mois environ après. Winnicott a décrit cet état comme une maladie naturelle. Quant à la neuropsychiatre et psychanalyste Monique Bydlowski, elle parle de « transparence psychique ». Tous les médecins de l'âme qui s'occupent de mères en devenir, s'accordent sur le fait que la grossesse ne laisse pas les femmes indemnes.

Soyons patients et tolérants avec ces femmes en pleine METAMORPHOSE à laquelle elles ne sont pas préparées. Offrons-leur écoute et soutien et oublions tous les bons conseils dont elles ne savent que faire. Ce sera très AIDANT !

Si nécessaire, proposons-leur un accompagnement thérapeutique.



Sentiment d'étrangeté et fantasmes

Parallèlement aux bouleversements organiques, le psychisme fait son possible pour mettre en place les structures nécessaires pour faire face aux événements. En effet, il est fréquemment confronté à un sentiment d'étrangeté ou d'irréalité de la situation. La mère se sait habitée par un autre être qu'elle ne connaît pas et qu'elle ne perçoit pas. Elle se trouve impuissante face à une dynamique biologique qu'elle doit subir dans un relatif vécu de passivité qui va inexorablement l'amener à l'accouchement qu'elle redoute. Elle se trouve souvent confrontée à des manifestations anxieuses dont elle voudrait se défaire, mais n'y arrive pas. Elle a des doutes sur ses aptitudes, de l'inquiétude pour l'avenir de l'enfant. Ses ruminations négatives peuvent même s'amplifier et devenir des peurs archaïques d'éclatement, d'éventration ou de

Cornelia Gauthier

déchirure. Dans les cas d'épisiotomies ou de césariennes, ces fantasmes malheureux deviendront réalité. Mais probablement, ils seront moins terrifiants, parce que réels.

L'ambivalence naturelle et les trois identifications concomitantes

La future maman se trouve ainsi en perte de maîtrise de son monde intérieur. Elle devrait être heureuse et voilà qu'elle ne l'est pas. Franchement non ! Mais un peu quand même ! Depuis des mois ou des années, elle a rêvé ce moment et s'est projetée dans son futur avec un bébé dans les bras. Même si toutes les grossesses ne mènent pas toutes les femmes dans pareilles extrémités, de nombreuses angoisses les habitent néanmoins. Et voici que surgit **une ambivalence naturelle** inconsciente vis-à-vis du désir d'enfant. Elle le veut et elle ne le veut pas. Plus l'ambivalence sera inconsciente et la future maman dans le déni, plus les somatisations seront importantes. Le corps se charge d'exprimer ce que le psychisme ne peut pas voir.



Les trois identifications

Mis à part ses propres angoisses, la future maman est confrontée à une

- Identification avec sa mère
- Identification avec le bébé qu'elle était
- Identification avec le bébé qu'elle porte.

Cornelia Gauthier

Il y a bien de quoi être un peu dans la confusion. Cela la rend hyper émotive et hyper réactive. Tout cela est très amplifié par l'inondation hormonale. Cela fait beaucoup pour une seule personne. Il y a donc de quoi avoir des nausées !

Tandis qu'elle s'adapte lentement à ses ajustements anatomiques et hormonaux, la grossesse induit une résurgence de la problématique de ces domaines. Le passé se réveille. Des images se présentent à elle, en particulier de sa mère, même de ce que cette dernière a vécu dans la même situation. Ainsi remonte-t-elle les générations précédentes. Les émotions jusque-là refoulées, remontent à la surface. C'est la transparence psychique décrite par Monique Bydlowski. Lorsque l'enfance a été ressentie comme malheureuse, ou la mère insuffisamment bonne, cela produit un état de tristesse. Il faut impérativement que les professionnels consacrent beaucoup de temps aux mamans enceintes pour qu'elles puissent élaborer tout ce qui resurgit et se transforme en elles. Il ne faut pas trop compter sur les gynécologues et les obstétriciens qui sont toujours pressés. Les sages-femmes sont beaucoup plus disponibles et à l'écoute. Il y a aussi les doulas qui sont précieuses. Et pourquoi ne pas entamer une courte psychothérapie pour dire à quelqu'un toutes ces résurgences ou même, des reviviscences. La non-écoute ou la non-réponse à la femme dans ce contexte pourra, dans le pire des cas, la conduire à développer une **psychose puerpérale**.

Apparition de la mère intériorisée

La grossesse confrontera toujours la femme avec sa mère. Que la mère soit vivante ou non, que les ponts aient été coupés ou que les relations mères-filles soient excellentes, la future maman retrouve la mère intériorisée de son enfance. Elle en utilisera les modèles de pensées ou les façons de faire, ou les critiquera et les évitera complètement. Quelles que soient les circonstances, jusqu'à nouvel avis, la mère sera encore la référence numéro 1. C'est pour cela qu'il faut que la future maman mûrisse. C'est important de transformer cette relation parent-enfant qui n'a plus lieu d'être. Mais pour cela, il faut d'abord régler les éventuels conflits entre elles. Néanmoins, pour qu'une femme se sente bien dans sa maternité, elle a besoin que sa mère accepte sa grossesse. C'est comme s'il fallait lui demander son autorisation et qu'elle donne ensuite son consentement. Lorsque cela ne peut pas se faire, surtout en cas de conflit, ou avec des mères très possessives, ce sera toujours compliqué pour une femme de devenir une maman épanouie. Les liens de filiations sont très forts, même lorsque l'on est en opposition ou en rupture.



La nidification psychique

Les bouleversements hormonaux, ne doivent pas faire oublier l'importance des enjeux psychologiques. Le travail psychique de maternalité à effectuer est colossal. Comprenons bien ce qui se passe : la conception impose à la femme la présence d'un autre être humain, inséré au fond d'elle-même, à l'instar des poupées russes. Bien qu'au départ, elle n'en ressente que les effets indirects, comme les seins qui augmentent de volume, une fatigue inhabituelle, des dégoûts pour certains aliments, une hypersensibilité aux odeurs et, pour couronner tout cela, des écœurements matinaux, la femme doit établir progressivement une relation abstraite avec un petit être inconnu en gestation au milieu d'elle-même. La grossesse lui impose donc un processus d'intégration psychique du fœtus. C'est en effet quelque chose d'incroyable d'être en relation avec un autre que soi, à l'intérieur de soi-même. D'ordinaire, l'autre est à l'extérieur.

Les choses changeront de coloration lorsque plus tard, elle le sentira bouger dans son ventre et progressivement interagir avec elle. Au terme de ce tour de force, la femme, transformée dans son identité, accèdera au statut de mère. Bien sûr, tout cela est particulièrement fort lorsqu'il s'agit d'une première grossesse et que tout est nouveau. Lors de grossesses suivantes, ces sensations feront déjà partie de ce qui est connu.

Cornelia Gauthier

Dans l'état de grossesse, surtout au début, il se produit alors un mécanisme d'indifférenciation entre soi et autrui qui permettra, dans la plupart des cas, d'accepter une « greffe » biopsychique d'un être humain à l'intérieur de soi. Mais cela ne se produit pas toujours. L'enfant est parfois refusé, donné en adoption ou négligé. Exceptionnellement, il se produira un infanticide. Il arrivera plus fréquemment qu'on ne le croit, que l'enfant soit maltraité. Parfois ce refus n'est pas élaboré. Resté à l'état brut, il sera transposé sur l'enfant à qui l'on reprochera la naissance. A force de lui dire : « *C'est à cause de toi que j'ai tant souffert* », on finit par en persuader l'enfant. C'est ainsi que ma patiente la plus gravement négligée m'a dit : « *Tout allait bien pour mes parents jusqu'à ce que je sois venue leur pourrir la vie !* »

J'emprunte à Sylvain Missonnier, professeur de psychologie clinique à l'université Paris Descartes et psychanalyste, le concept de **nidification psychique**. Ce terme décrit le processus déclenché par la gestation qui, lorsque la greffe psychique aura pris, amorcera une nouvelle étape de gestation psychique.

C'est ainsi que peu à peu, la future maman développera une activité psychique sous forme de représentations mentales de ce bébé.



Représentation imaginaire du futur bébé

La période la plus intense se situe entre le quatrième et le septième mois de la grossesse. La femme se construit une image de bébé à qui elle attribue progressivement un tempérament, des qualités ou des défauts qu'il aurait hérités d'elle-même, de son conjoint ou de différents membres de sa famille. Cette construction imaginaire s'établit, notamment, en fonction des mouvements du fœtus à l'intérieur de l'utérus. Par exemple, si l'enfant bouge beaucoup, la mère l'identifiera

Cornelia Gauthier

à son mari, ou dira que « c'est un vrai petit footballeur ». Si l'enfant à naître est calme, cela la fera penser à sa douce et gentille grand-mère ou à elle-même. Probablement qu'elle imagine même le visage du bébé. Mais il s'agit d'un enfant imaginaire dont il faudra ensuite faire le deuil. Car l'enfant réel ne lui ressemblera en rien. Mais pour l'instant, cet enfant imaginaire est nécessaire. Son rôle est d'éveiller la maternalité de cette maman. C'est comme s'il venait préparer le terrain pour le vrai bébé.

Lorsque les choses se sont mal passées pour elle en tant qu'enfant, lorsque les blessures n'ont pas été cicatrisées, la femme risque de transférer les conflits dans sa relation future avec son enfant. Ainsi, elle risquera d'anticiper négativement et d'entraîner l'enfant dans la conflictualité avant même qu'il ne soit né. Elle interprétera tout négativement. Par exemple, elle dira que l'enfant fait exprès de lui donner des coups pour l'embêter. C'est elle aussi qui, plus tard, l'accusera de lui avoir fait si mal en sortant. Ah là là ! La vie commence difficilement pour certains d'entre nous.

Dans sa fantasmagorie, la femme enceinte anticipera la façon dont elle sera mère, en s'identifiant ou en se différenciant de sa propre mère. Les représentations s'organisent alors en un ensemble varié, riche, mais pas toujours réaliste. Lorsque la grossesse est faiblement investie, elle s'imaginera reproduire les gestes et les comportements de sa mère, même si elle en a souffert elle-même. Cette apparente contradiction n'en est pas une. En effet, l'enfant apprend tout par imitation, donc ça aussi.

Grâce à l'imaginaire de la mère et aux élans de vie que son bébé lui communique, il se crée ainsi un véritable espace psychique, un petit nid douillet.



La PREOCCUPATION MATERNELLE PRIMAIRE

Cornelia Gauthier

Dans un post précédent, je vous ai parlé des 3 identifications que la future maman a à gérer en même temps durant sa grossesse :

- Identification avec sa mère
- Identification avec le bébé qu'elle était
- Identification avec le bébé qu'elle porte.

C'est compliqué tout ça !

En plus, pendant la grossesse, il y a aussi cet état particulier de la TRANSPARENCE PSYCHIQUE dont je vous ai parlé, où la future mère a de nouveau accès à sa propre enfance et sa relation bonne ou mauvaise avec sa mère. Divers éléments traumatiques peuvent aussi resurgir comme des abus sexuels "oubliés".

La transparence psychique représente donc un état de vulnérabilité et d'hyper sensibilité

Elle se transforme progressivement durant le dernier mois de grossesse en un autre état, que Winnicott baptise "préoccupation maternelle primaire" en 1956. Elle va durer qq mois

Depuis la grossesse, la maman passe par 4 phases qui s'écoulent l'une dans l'autre et la transforme. On observe une bascule des processus d'ATTENTION maternelle du dedans vers le dehors vers le :

- bb purement interne
- bb encore intérieur physique, mais déjà psychiquement externalisé (imaginé)
- bb externe physique mais psychiquement encore un peu internalisé,
- bb véritablement externe

Lorsqu'il est né, la mère se glisse complètement dans la peau de son enfant et devient capable d'en comprendre les moindres signaux, inintelligibles pour tout autre intervenant

Elle devient hyper vigilante et si nécessaire, agressive. Elle ne supporte Rien que l'on fasse à son bébé, ne serait-ce qu'une piqûre au talon pour lui préserver un peu de sang. Tout ce qu'on fait à son enfant lui fait hyper mal. Elle le surprotège et C'EST NORMAL !

Le toucher de la peau et le sens de l'odorat sont de prime importance dans les échanges avec le bébé

Cette préoccupation maternelle primaire focalise l'attention de la mère sur le MATERNAGE. Bien contrôlée, elle constitue un élément favorable pour le développement de la sécurité affective de son bébé.

Beaucoup de jeunes femmes modernes et indépendantes, sont parfois étonnées d'être devenues aussi dépendantes de leur bébé.

Cornelia Gauthier

Pour pouvoir se laisser aller dans cet état de REGRESSION psychique jusqu'à retrouver leur propre enfant intérieur, elle aura besoin d'être bien entourée par son compagnon et la famille.

Dans la période fusionnelle des 3 premiers mois, autant la maman que le bébé ne peuvent pas supporter plus que 3-4 heures de séparation. Il faut le savoir et le respecter. Ce n'est pas le moment d'organiser de WE !

Dans « le mystère des mères », la psychanalyste Catherine Bergeret-Amselek parle de la « dilatation psychique » pour décrire cette capacité de la future mère de FAIRE DE L'ESPACE dans son psychisme pour son enfant, et ensuite, progressivement, de le laisser en sortir, pour qu'il puisse s'individualiser à son tour.



LA PATERNALITE

Comme nous l'avons vu dans les posts précédents concernant la **materNALité**, il s'agit d'un processus qui fait évoluer la futur maman vers celui de mère.

Il en est de même pour la **paterNALité** qui se différencie de la paternité. On pourrait dire de manière schématique et très succincte que la paternité décrit le processus biologique où l'homme procrée un enfant au travers de ses gènes. La paternité se réfère donc au géniteur, que celui-ci connaisse son enfant ou non, qu'il l'ait voulu ou non.

Au contraire, la paternalité est une métamorphose psychologique de l'homme qui investit son nouveau rôle de père. Dans la mesure où l'enfant ne se développe pas dans son propre corps, ce changement intérieur est plus difficile pour lui à concrétiser.

Ainsi, de nombreux géniteurs ne deviendront jamais des papas et les enfants restent donc orphelins de père, même si leur géniteur vit avec eux, à leur côté.

En ce qui me concerne, il m'a fallu environ 50 ans pour réaliser que celui que je nommais mon père, ne l'était pas. Biologiquement et génétiquement Oui, mais émotionnellement Non. D'ailleurs, il méprisait tous les hommes qui s'occupaient de leurs enfants, les comparant à des singes !

On peut imaginer à quel point un enfant a de la peine à se construire avec la moitié de ses racines manquantes, qu'il soit un petit garçon qui ne peut pas s'identifier à l'homme ou qu'elle soit la petite fille pour qui les relations avec les hommes seront compliquées. Car, le premier homme de notre vie, c'est notre « père ».

Il me tient donc particulièrement à cœur de redonner toute la place au papa dans toutes nos familles. Les papas sont TRES IMPORTANTS, mais c'est très compliqués pour eux de le devenir, surtout si leur géniteur n'en a pas pris le rôle. Car, ne l'oublions pas, les enfants apprennent avant tout par IMITATION.

Je suis très heureuse d'avoir épousé un homme qui est devenu un très bon père pour mes 3 enfants. Mes deux garçons sont à leur tour devenus des merveilleux papas qui élèvent leurs enfants sans violence et avec les limites bienveillantes. Ils ont une autorité naturelle que leurs enfants respectent et qui les rassurent.

Avoir trouvé ce bon papa pour mes enfants est une belle réparation pour moi et la réussite de ma vie.

Dans les posts suivants, je partagerai avec vous ce que l'on sait sur ce « devenir père », en espérant que cela aidera les lecteurs, leurs familles et leur entourage à rendre cette transition plus aisée. A demain



"Le plus dur pour un papa, c'est de vivre une grossesse sans sensations directes".

Benoit Le Goëdec

Comment les papas peuvent-ils créer une vraie relation profonde avec leur enfant ?

Je vous le disais hier, la nouvelle parentalité du papa est plus théorique que pratique au départ, car leur corps ne porte pas leur futur bébé à l'intérieur. La plupart du temps, l'annonce de la grossesse est plus de l'ordre de la prise de conscience que de l'expérience corporelle.

Il est donc très important qu'ils se donnent tous les moyens pour créer avec leur enfant un lien charnel aussi. Heureusement, il y a plusieurs aides dont il ne faut surtout pas se priver.

En voici plusieurs. Je vous laisserai rajouter d'autres techniques que je ne connais peut-être pas.

- Le désir d'enfant
- Les échographies
- L'haptonomie
- La préparation à l'accouchement
- La communication connectée
- Le chant prénatal
- Le protoregard

Cornelia Gauthier

- Le peau à peau
- Le portage
- Le biberon

Je vous les détaillerai dans un prochain post.

Evidemment, tout sera beaucoup plus facile pour le papa s'il a un vrai désir d'enfant, ce qui est loin d'être toujours le cas.

En effet, autant la fillette grandit avec le désir d'enfant dont sa biologie lui rappelle ce potentiel tous les mois, autant, ce désir n'effleure pas le petit garçon. Il pense que plus tard, il aura des enfants comme tout le monde, mais cela reste encore longtemps un projet.

Le désir d'enfant ne prendra sa place que lorsqu'il sera bien établi dans une relation de couple.

Mais souvent, il risque de se trouver devant le fait accompli et cela devient alors compliqué pour lui. Ainsi, certains d'entre eux prennent la fuite. D'autres essaient d'assumer.

Même lorsque le papa a vraiment beaucoup désiré et attendu son enfant, comme sa femme, il va traverser diverses phases dans le processus de paternité.

Demain, je vous parlerai de la grossesse du papa qu'on appelle aussi « la couvade ».



La grossesse du papa

En écho au terme de **primipare pour la femme**, certains auteurs utilisent occasionnellement le néologisme « primipère ». Je l'utiliserai à mon tour, car il illustre bien ce « timing » spécial, organisé par la Nature, qui survient pendant la grossesse de sa femme, lorsque l'homme est invité pour la première fois à devenir père. Au cours de la gestation, du moment de la naissance et des premiers mois de la vie de son premier enfant, le futur papa va vivre de profonds remaniements de son fonctionnement psychique et de sa vie affective, qui lui permettront ou non, d'effectuer la transition vers la **paterNALité**.

Comme cela se produit pour la femme lorsqu'elle apprend sa grossesse, que celle-ci soit voulue ou non, l'homme est confronté au même choc de la parentalité. Benoît Le Goëdec, le sage-femme le plus connu de France, témoigne : « *Oui, j'étais très inquiet, très anxieux en permanence. Et en même temps très vite habité d'une autre présence. Dès que j'ai su qu'elle était enceinte, je me suis senti différent. Le monde a pris une autre couleur. Je me suis senti plus lourd, plus homme...* ». D'ailleurs, je me demande pourquoi on a gardé ce titre professionnel au féminin ? Même si on ne souhaite pas dénommer ces hommes comme étant de sages-hommes, ne pourrait-on pas simplement les appeler des accoucheurs ? Est-ce un résidu de matriarcat où l'accouchement était une histoire de femmes ? Est-ce une manière inconsciente de tenir les hommes à distance ? Je me demande à quel point cette dénomination féminine ne retient pas un certain nombre d'hommes d'embrasser cette profession.

Pour en revenir à la problématique des primipères, leurs complications intérieures pendant la grossesse et après, sont plus fréquentes qu'on ne le pense, mais on en parle peu. Pourtant, il n'est pas rare que l'on entende qu'untel a subitement quitté sa compagne du jour au lendemain alors qu'elle est enceinte, ou qu'il a basculé dans une dépression, avant ou après la naissance. Ce qui est plus tenu secret dans les chaumières, ce sont les cas de violences domestiques qui commencent pendant la grossesse. Au premier abord, cela paraît un peu étrange et assez mystérieux. Alors essayons de comprendre :

De multiples facteurs, de nature très différente, influencent ce processus de paternalisation, qu'ils soient psychologiques biologiques, sociaux ou culturels. La grossesse, la naissance et le développement d'un enfant, impliquent d'importants réaménagements tant conscients qu'inconscients. A la fin des années 1950, la psychanalyste américaine Benedek, qui s'est penchée sur ce sujet, en parlait comme du « parenthood », terme qui ensuite, a été traduit par « parentalité ». Elle décrit ce processus comme étant l'une des étapes-clés de la **maturation** psychique dans l'évolution de l'être humain. En terme neuroanatomiques, nous dirons qu'il se produit un développement du **lobe préfrontal**. En faisant le lien entre hier-aujourd'hui-demain, la parentalité s'enracine dans l'histoire personnelle du futur père, mais aussi dans celle de sa famille, grâce à la transmission intergénérationnelle. En passant de l'état de « Fils de... » à « Père de... », il devient aussi un maillon de la chaîne qui transmet la vie aux générations futures. Mais il peut y avoir des accidents. « *C'est au moment où son ventre est devenu très gros, que j'ai commencé à me sentir si mal* », témoigne un internaute.

Cornelia Gauthier

Mais la crise de paternalité peut survenir à n'importe quel moment de la grossesse et de l'après-naissance. Qu'il le veuille ou non, ce rôle dans la transmission intergénérationnelle lui donne une certaine responsabilité. Le maillon de cette chaîne qu'il représente, sera-t-il assez fort pour en assumer les conséquences ?



Bien que beaucoup de nouveaux papas s'épanouissent dans cette expérience inoubliable et irremplaçable, il semblerait que parfois le maillon le plus faible cède. En effet, on observe la survenue de fréquents comportements imprévus et inadéquats que ce nouveau statut déclenche chez certains pères en devenir.

Quand le passé nous rattrape

La construction du lien père-bébé se prépare psychologiquement dès la grossesse, au cours d'un voyage intérieur où, même à son insu, le futur père part à la recherche du groupe familial d'autrefois. Dans ses retrouvailles avec l'enfance, il revit l'ambiance qui régnait dans son foyer, celle qui déterminait ou non, sa base de sécurité affective. Il retrouve l'éducation qu'il a reçue, elle-même imprégnée par les générations précédentes, et qu'il s'apprête à reproduire inconsciemment à son tour. Soudain, il se rappelle de moments marquants, agréables ou désagréables, qu'il avait oubliés et qui peuvent parfois le sortir de sa « zone de confort » habituelle. Il se produit une sorte de régression censée favoriser un réaménagement de son identité. De nombreux hommes sortent grandis de cette expérience. D'autres, non.

Parfois, tout sera tellement occulté par de nombreux blocages émotionnels, qu'aucune prise de conscience n'est possible. C'est alors que les fantômes du passé s'exprimeront par des « acting », terme qui décrit des passages à l'acte impulsifs. La confrontation à la paternalité précipite des hommes vulnérables, dans des comportements qui mettent en difficulté le couple, mais également la relation future

Cornelia Gauthier

avec leur enfant. Ce seront des fuites du domicile conjugal, des aventures amoureuses, des violences. Parfois, ils choisissent cette période pour s'investir à fond dans une promotion professionnelle. Ou alors, ils partent pour un long voyage de plusieurs semaines. Selon la loi du « fight or flight », c'est de l'évitement, nous l'avons bien compris. Mais certains d'entre eux deviennent aussi bagarreurs. Ils sont pris dans des altercations physiques ou relationnelles sur leur lieu de travail ou dans des espaces publics. Ils sont plus souvent victimes d'accidents. Aussi, on observe une relative fréquence des divorces ou des séparations après la naissance de l'enfant.

Lors des remémorations ou reviviscences du passé, si ce que le futur père retrouve est suffisamment bon, il s'en servira comme d'un socle pour créer cette nouvelle famille avec sa compagne et, ainsi, donner une place de choix à son futur enfant. Si tel n'est pas le cas, soit qu'il se trouve dans un déni profond ou que des reviviscences trop douloureuses activent des bouffées d'angoisse, il ne sera plus en mesure de faire la différence entre le passé et le présent. Les conséquences seront alors l'évitement de la paternité, même si cette grossesse avait été voulue et planifiée. Ces situations dramatiques sur tous les plans, témoignent de la force de la résurgence traumatique du passé. Malheureusement, cela entraînera un risque de répétition de **carences** et de maltraitances, car des circuits neuronaux ont été créés ainsi, dans son petit cerveau lorsqu'il était en plein développement.



L'HAPTONOMIE : un magnifique outil pour la paternité

Le moyen le plus simple pour créer du lien est tout de même l'échographie à laquelle le futur papa devrait VRAIMENT assister. Voir ce petit être bouger, savoir qu'on en est le père, est vraiment un moment de concrétisation. Les papas sont invités à assister à TOUTES les échographies !

Mais le moyen le plus fabuleux pour créer ce lien est sans conteste l'haptonomie.

Cornelia Gauthier

Mon beau-fils en a été pour moi l'illustration, au cas où j'en aurais encore douté.

Il a suivi la gestation de sa fille depuis son quatrième mois. Et au moment de l'accouchement, il était totalement en phase.

C'est lui qui a immédiatement assuré l'accueil de Bienvenue de ma petite fille dans la mesure où la maman a eu quelques complications post-partum.

Capucine était son premier enfant, mais il s'en est occupé comme s'il en avait déjà eu trois autres. Tout a été très simple et naturel !

D'ailleurs, le rôle du père est CENTRAL dans ces séances d'haptonomie.

Dès les tout premiers mois, il prend sa place dans la relation affective de la triade père-mère-enfant. Le papa, par sa présence et son contact affectif vis à vis de sa femme et de son enfant, amène un changement de tonus au niveau du ventre maternel, changement que l'enfant ressent tout de suite et qu'il semble apprécier.

L'haptonomie offre à tous les trois, un espace de rencontre, de communication et de jeu.

Elle permet aussi aux parents de câliner leur enfant bien AVANT qu'il ne soit né, ce qui est quand même extraordinaire ! vous ne trouvez pas ?

L'haptonomie est donc une vraie préparation à la parentalité.

Les séances ont lieu dans l'intimité du couple accompagné par le thérapeute uniquement.

Mais lorsqu'il y a des frères ou des sœurs aînés, ceux-ci peuvent y être invités aussi.

Peut-être que par cette approche on pourrait diminuer quelque peu la rivalité entre eux plus tard ?

Il semblerait que par la sécurisation intérieure que cela procure au futur bébé, l'haptonomie participe au développement de cet enfant vers plus de sécurité affective et d'autonomie.

Mais l'haptonomie est surtout précieuse pour les parents et particulièrement pour le papa, pour qui la parentalité devient alors une EVIDENCE !

Je vous en dirai plus demain



L'haptonomie II

Le terme haptonomie vient de la fusion de deux mots grecs : « Hapsis » qui désigne le toucher, et « Nomos », la norme.

Ainsi, haptonomie signifie littéralement "contact tactile pour rendre normal". La méthode consiste à créer des liens affectifs de bonne qualité par l'intermédiaire du toucher.

Elle a été mise au point par Frans Veldman, dans les années 80. Les séances peuvent déjà débuter autour du 4ème mois de gestation. Délicatement, le père et la mère posent leurs mains sur le ventre. Dès que le contact est tendre et que le bébé est disponible, il vient se LOVER sous la main de l'un ou de l'autre. Ce sont toujours des moments très émouvants.

Par contre, si le contact est lourd, il donne un coup ou fuit.

Ces gestes parentaux, pratiqués en douceur, leur permettent de ressentir les moindres gestes du bébé. L'haptonomie nous apprend à TOUCHER AUTREMENT.

Comment peut-on savoir que ces mouvements que nous ressentons au travers du ventre maternel, ne sont pas simplement des mouvements spontanés ?

La pédiatre Catherine Dolto-Tolicht, spécialiste de l'haptonomie, nous répond :

« Quand il s'adresse à nous, l'enfant se manifeste d'une façon qui n'a rien à voir avec les mouvements spontanés d'un fœtus dont on dit « Tiens, il bouge ».

Cornelia Gauthier

Il effectue certains types de mouvements, il a une façon de venir à la rencontre de la main qui le sollicite dans une REPTATION très lente, en utilisant pour se mouvoir, son bassin et sa colonne vertébrale.

C'est un déplacement adapté à un but.

- Soit qu'une voix lui parle et qu'alors, il va se déplacer vers cette voix
- soit parce qu'une main l'a appelé vraiment, comme dans le jeu « Coucou, me voilà »
- soit encore, parce qu'une main légère est placée sur le ventre maternel...

Et dans ce cas, très, très doucement, très lentement, il vient se nicher dans cette main.

Il peut enfin DANSER, en optant pour un petit balancement. Il aime à se balancer comme ça... Ce balancement est une invitation en rythme pour communiquer ».

Bien que leur système nerveux soit encore extrêmement primitif, dès deux ou trois mois de gestation, les fœtus recherchent déjà le contact. C'est incroyable ! C'est probablement de là que nous vient le plaisir de la danse.

Au vu du mini cerveau qu'a un petit fœtus de 4 mois, on comprend aisément dans ces situations précises, que la Conscience n'est pas sécrétée par le cerveau. L'haptonomie en est une démonstration évidente.

Cela confirme les nombreux travaux faits sur la Conscience qui disent que le cerveau est un transistor très performant, un émetteur-récepteur, qui, nous le savons bien, ne crée pas les programmes pour autant.



PARENTALITE

Un trio bien dans sa peau

Pour le bon équilibre de l'enfant, il faut rapidement passer de la dyade mère-bébé à la TRIADE père-mère-bébé.

Pour qu'une triade puisse se créer, il faut que chaque membre se trouve en relation dyadique avec les deux autres.

En concret, cela signifie qu'il se produit six dyades :

1. La dyade mère-bébé,
2. La dyade bébé-mère
3. La dyade père-bébé
4. La dyade bébé-père
5. La dyade mère-père
6. la dyade père-mère

La dyade est volontairement décomposée ainsi pour mettre en évidence la participation relationnelle de chacune des trois personnes.

Resituer ces processus au sein de la triade familiale offre une autre lecture de la situation qui prend en compte les influences **récioproques** qui s'exercent entre père, mère et enfant

Dans la plupart des traités de psychologie et de puériculture, on met l'accent sur l'importance de la fusion mère-bébé.

Mais les nouvelles générations de pères qui s'impliquent beaucoup dans « paternage », sont en train de nous démontrer le contraire.

La triade père-mère-bébé peut commencer déjà au berceau et le bébé fera totalement la différence entre les interactions avec son père ou celles avec sa mère.

C'est cette relation à trois qui lui permettra de reconnaître les différences fondamentales et complémentaires entre le féminin et le masculin autour de lui et à l'intérieur de lui-même.

La triade précoce le rendra riche, créatif, sécurisé et équilibré. La famille va progressivement atteindre un **nouvel équilibre** par l'harmonisation des places de chacun.

Ainsi donc, lorsqu'une dyade père-bébé s'enclenche, le bébé du PRESENT (l'enfant) parle au bébé du PASSE (Le papa). Idem pour la maman.

C'est là toute la subtilité qui les fera grandir psychiquement l'un/e et l'autre.

Cornelia Gauthier

Pour revenir au papa et lui faire toute la place, disons que les **compétences** relationnelles du bébé contribueront à faire de l'homme un père, en favorisant la « paternalisation ».

Celle-ci est définie comme l'influence ou le renforcement positif, exercée par une personne sur le sentiment qu'un homme a d'être père. La paternalisation influe sur son **propre** sentiment de compétence.

Quel rôle le père peut-il déjà jouer tout au long de la grossesse ?

Selon notre accoucheur très expérimenté et père famille aussi, Benoît de Goëdec, le futur papa représente une sorte d'**ancrage**, de sécurité affective pour sa compagne.

Il l'aide également à garder un lien avec le monde connu alors qu'elle traverse un temps nouveau pour elle.

Tout ce qu'il peut faire, c'est la respecter, être patient et présent. Mais il ne peut en aucun cas prendre sa place

BIENVENUE à la parentalité à DEUX dans cette merveilleuse triade à TROIS !



OÙ SONT LES HOMMES ?

C'est en 1977 que Patrick Juvet a écrit " Où sont les femmes?".

Je fais la même recherche en ce qui concerne les hommes en matières d'éducation. Notamment, en ce qui concerne l'intérêt des papas.

Depuis le temps que je m'intéresse à la prévention de la Violence Educative Ordinaire, j'évolue dans un monde en grande partie féminin.

Cornelia Gauthier

Dans les groupes de parentalité sur Facebook, les 95 % des interventions et partages sont ceux des femmes.

EN SOMMES NOUS VRAIMENT ENCORE LÀ ? En 2022 !

A cette éducation "machiste" où élever les enfants est avant tout une HISTOIRE DE FEMMES ?

Je n'ai pas fait d'études statistiques sur la question, mais là, cela a été flagrant :

- Je viens de faire une dizaine de posts sur la materNALité et la paterNALité, ces processus **compliqués** propres à chaque genre, lorsqu'il est question de passer de fille ou fils DE ... à mère ou père DE ...

Mes posts, qui sont en moyenne vus entre 1500 et 2500 vues, se sont mis à baisser presque de moitié (environ 700) lorsque j'ai décrit les difficultés du papa en DEVENIR. Seuls 2 hommes ont apporté leur propre témoignage.

- Que comprendre ?
- Comment EVOLUER si on ne s'intéresse PAS à un problème aussi important ?
- Qui ne s'y intéresse pas ?
- Les hommes ?
- Ou les femmes NON plus ?
- Ou est-ce l'algorithme qui est programmé ainsi ?
- Par qui, alors ?

Tout cela me questionne PROFONDEMENT, car je suis convaincue de l'IMPORTANCE des papas pour les enfants.

Lorsque j'ai proposé le PDF sur le sujet, un seul homme l'a demandé.

Et en ce qui concerne l'OFFRE SPECIALE du moment, d'une formation GRATUITE pour les parents, ils n'y a eu que des demandes de mamans !

Cela me rend triste. Je crains que ce soit représentatif de la situation du manque d'implication des papas.

J'aimerais tellement que les papas aient à coeur de s'investir dans l'éducation de leurs enfants AUTANT que leurs compagnes.

Alors, j'aimerais terminer par le magnifique texte de SLIMANE pour sa fille malade. Il parle carrément d'un SURAMOUR, magnifique concept.

Voilà ses paroles :

Plus besoin de chercher, plus besoin, je t'ai trouvée

C'n'est rien, tout le mal qu'on m'a fait, je t'ai trouvée

Je pensais tout savoir de l'amour, mais ce n'est pas vrai

Si je les aimais fort, toi, c'est beaucoup plus fort

Cornelia Gauthier

*On se bat contre un monde qui nous dit d'arrêter, mais
Dans le froid, dans les larmes, je serai ton bouclier
Si c'est trop, si t'as peur que tes mains vont me lâcher
Je te tiendrai plus fort, je serai le plus fort*

*Regarde comme on est beaux sur le même bateau
Oh, non, y a pas plus beau, l'amour c'est jamais trop*

*Si tu savais comme je l'aime
Ton petit cœur à la traine
Et si tu as de la peine
Tu trouveras dans mes bras des milliers de « je t'aime »*

J'espère que ces magnifiques sentiments seront CONTAGIEUX !

