

Parents & enfants

ENQUÊTE Du coaching parental aux blogs, en passant par les rendez-vous conviviaux entre pairs, les propositions pour apprendre à être parents sont plus nombreuses que jamais. Signe de lacunes réelles ou besoin de réinventer de nouvelles formes d'éducation ?

Etre parents, ça s'apprend ?



CULTURA/IMAGE SOURCE / BSIP

En 2011, 76 % des parents estimaient que l'époque était devenue plus difficile pour eux que pour les générations précédentes.

Les rayons des librairies sont toujours aussi fournis sur la thématique de la parentalité, à commencer par les célèbres livres de Laurence Pernoud (*J'attends un enfant, j'élève mon enfant*), réédités tous les ans depuis les années 1950. La presse magazine parentale, les encarts insérés dans certains titres de presse jeunesse prodiguent des conseils aux parents pour les aider à exercer leur autorité ou préparer leur enfant à la rentrée des classes. La télévision n'est pas en reste, de l'émission « Les Maternelles » (France 5) à « Super Nanny » (NT1). Sur Internet, expériences et conseils circulent sur les forums et les blogs parentaux. Sur le terrain, de nouvelles formes de propositions se développent également : coachs parentaux, rencontres-débats, ateliers de mises en

situation... Même les municipalités organisent diverses formes de soutien parental, ouvrent des « maisons des parents ». Les parents d'aujourd'hui sont-ils donc si perdus qu'ils doivent réapprendre le plus vieux métier du monde ?

« Ils ne sont pas paumés, mais doutent davantage. Ils cherchent à comprendre plus qu'à éduquer. Cette forme d'anxiété est une grande qualité psychique », estime le très médiatique Marcel Rufo. « Avec la baisse du nombre d'enfants, le bébé est devenu plus précieux. Les parents sont plus responsables, plus conscients, d'autant qu'ils le deviennent généralement plus tard dans leur vie », poursuit le pédopsychiatre, qui proposerait même d'instaurer « des "cours de parents" au collège et au lycée, où on ferait réfléchir les élèves à ce qu'est un enfant, un parent ». Les progrès de la science justifieraient aussi une « mise à jour » de leurs connaissances. « Depuis l'apparition de

l'IRM fonctionnelle, on a beaucoup appris sur ce qui se passe dans la tête d'un enfant. Avant, on estimait que ses crises étaient de sa faute, et que le rôle des parents était de leur fixer des limites. On sait maintenant qu'il faut tenir compte de leurs émotions, et cela n'est pas inné », note la psychothérapeute Isabelle Filliozat.

L'époque n'est-elle pas devenue plus difficile pour les parents d'aujourd'hui que pour les générations précédentes ? Selon l'institut Ipsos, en 2011, 76 % des parents l'estimaient. Impression que confirme Bernadette Macé, l'une des responsables de l'École des parents de Metz (un des 40 sites en France). La moindre stabilité de vie des familles (pertes d'emplois, précarités affectives), l'éloignement des grands-parents ou, pour les immigrés, de leur société d'origine, rendent la vie des parents plus difficile. La société d'hyperconsommation, et l'omniprésence des écrans ne leur facilitent pas

non plus la tâche. « Ils doivent sans arrêt gérer des frustrations, et maîtrisent moins les informations qui parviennent aux enfants. Ce sont des problèmes nouveaux », poursuit-elle. L'objectif de l'éducation aurait aussi changé.

« Avant, on éduquait un enfant en lui apprenant à obéir et à se conformer à des codes. Aujourd'hui, il faut plutôt lui apprendre à trouver sa propre identité, à être capable à la fois de s'adapter aux autres et d'être autonome. C'est plus ambitieux », poursuit-elle. Aux 1 500 adultes qui s'adressent chaque année à cette antenne de l'École des parents (permanence d'écoute téléphonique, accueil avec ou sans rendez-vous, ateliers ●●●)

« Ils ne sont pas paumés, mais doutent davantage. Ils cherchent à comprendre plus qu'à éduquer. »

(Lire la suite page 14.)

REPÈRES DU SOUTIEN...

- **Très institutionnel.** Depuis 1999, l'État a impulsé la mise en place de Réseaux d'écoute, d'appui et d'accompagnement des parents (REAAP) dans chaque département, qui déploient des actions variées avec les ministères, mouvements et associations.
- **Très convivial.** Le réseau des Cafés des enfants: 7 sites en France, avec des temps dédiés à la parentalité. Les « Parlottes » au Cafézoïde à Paris, ou encore les ateliers « Des hauts et des bas » aux Potes en ciel, à Lille, parfois autour d'activités manuelles prétextes à discussion.
- **Très connecté.** www.ateliersfamilycoaching.com propose un accompagnement de groupe ou individuel par téléphone ou webcam. www.happyparents.com a conçu un programme en e.learning, avec envoi chaque semaine de conseils par mail. www.les-supers-parents.com propose un abonnement à des fiches et vidéos, qui se prolongent par des discussions en ligne. <http://lesvendredisintellos.com> fédère une communauté de contributeurs dans le domaine de la parentalité.

► Être parents, ça s'apprend ?

(Suite de la page 13.)

●●● réguliers à cinq ou six parents), on ne délivre pas de réponses toutes faites. « Nous cherchons ensemble. Car chaque situation est unique. Chaque parent doit apprendre à composer entre la personnalité de chaque enfant, l'éducation qu'il veut lui donner, mais aussi ses propres émotions et son histoire personnelle, que l'enfant va parfois réveiller », précise Bernadette Macé.

Dans la même veine, pour le docteur Sophie Benkemoun, qui a créé l'Atelier des parents, il n'est pas question de prôner une éducation modèle : « Nous travaillons essentiellement sur la communication, qui résout beaucoup de problèmes de discipline, et cela s'enseigne comme les maths. J'utilise des pédagogies très ludiques, et nous rions beaucoup. » Depuis dix ans, elle a accompagné 2 000 personnes par petits groupes, et formé 1 000 animateurs qui exercent désormais au sein de centres sociaux de quartier : « La demande progresse, pour apporter un plus aux groupes de parole, tant il ne suffit pas de vider son sac. »

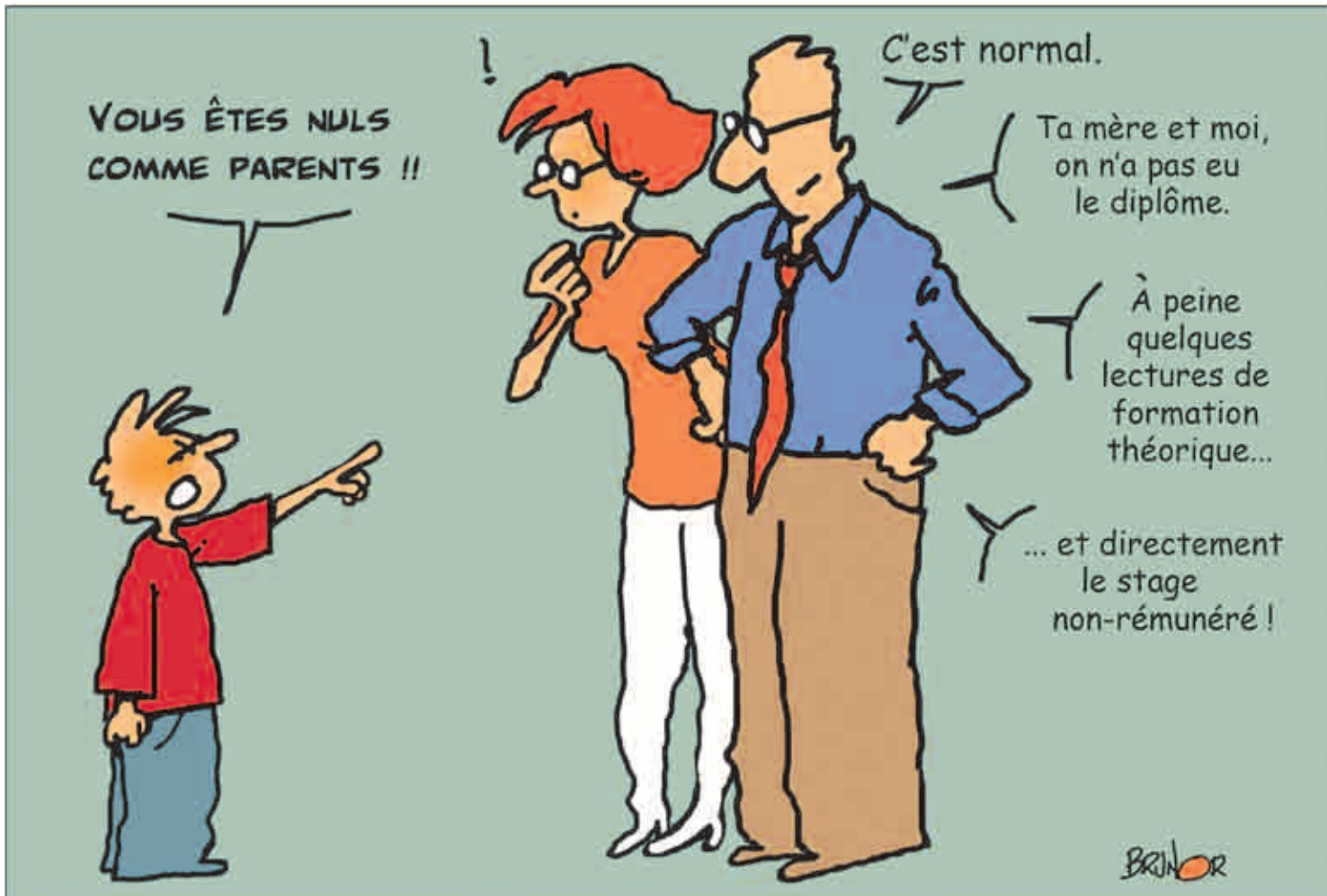
Le monde du travail commence à s'en mêler. Pour le compte de BNP Paribas, Cetelem ou encore Total, la coach parentale Anne Peymirat, ancienne consultante en management, anime depuis sept ans des ateliers pour les salariés parents, selon la méthode américaine « Calmer, easier, happier ». « L'entreprise gagne à ce que ses salariés soient plus sereins », commente-t-elle. Cette mouvance correspond, selon elle, à une volonté des parents, souvent très critiques sur l'éducation qu'ils ont reçue, de réinventer leur rôle. Certains ont d'ailleurs déjà beaucoup lu, et sont parfois perdus. « Alors que je conseillais à un groupe de parents de se rapprocher très près de leur enfant pour lui demander de venir à table, une maman me disait qu'elle avait peur de pénétrer dans son espace vital, comme elle l'avait lu

ailleurs », relate Anne Peymirat. Le succès de ces ateliers tient notamment à leur aspect « égalitaire » : les formateurs n'hésitent pas à parler de leur propre expérience, voire de leurs difficultés de parents.

Grâce à l'anonymat, les forums de discussion sur Internet décuplent ces possibilités. « La grande diversité des parents qui s'expriment permet d'accéder à des points de vue très différents, et parfois très pointus », indique Tiphaine Goron, responsable de Magicman, le forum parental leader sur le marché, avec 4 millions de visiteurs uniques par mois, et 10 millions de messages archivés depuis seize ans. Les échanges y sont souvent très bienveillants, formant une communauté d'anonymes s'épaulant comme des amis.

Même approche « entre pairs », la convivialité en plus, pour les 90 Peps Cafés mis en place depuis un an sur le territoire : des goûters autour d'un noyau d'abonnés au récent magazine Peps (prônant la parentalité positive). « Nous débattons à partir d'articles, échangeons des pistes, mais les parents ont surtout besoin de soutien, particulièrement quand leur propre famille ou leurs amis n'ont pas les mêmes principes éducatifs qu'eux », précise Claudia Mallet, organisatrice à Colmar. Entre deux séances, les habitués ont pris l'habitude de se téléphoner. La version moderne des conversations au lavoir d'antan.

ÉLISE DESCAMPS



TÉMOIGNAGES Lectures, ateliers, aides en ligne... Chacun « apprend » à sa manière à devenir parent, même si certains préfèrent suivre leur intuition

A chaque parent sa recette

« J'ai beaucoup consulté Internet »

ARNAUD, 35 ans,
ingénieur, père d'une petite fille de 1 an

« Pendant la grossesse, je m'étais inscrit à une newsletter qui m'informait chaque semaine de l'évolution du fœtus. Ma compagne m'avait offert un livre destiné aux papas, mais une fois la petite là, il ne répondait pas à mes questions immédiates. Je trouvais plus de réponses pertinentes sur les forums Internet. Au niveau éducatif, je fais confiance à mon instinct. J'ai le sentiment que ma façon d'être parent est innée, même si elle ne correspond pas à ce qu'était mon père. Pour l'instant, je n'ai pas ressenti le besoin de me faire aider davantage, car c'est une petite fille très facile. Mais je n'exclus pas de le faire plus tard. »

« Les réponses sont en nous »

CÉLINE, 37 ans,
chercheuse, mère de quatre enfants de 1 à 6 ans

« Après la naissance, il faut s'initier aux soins, au bain, mais les câlins, les mots que l'on dit à l'oreille viennent naturellement. Depuis toujours, les femmes ont été mères. Les réponses sont en nous. À notre époque, on voudrait réussir sur toutes les lignes : couple, travail, enfants... On cherche à être des parents modèles, comme si le parent parfait existait. Avant que j'aie des enfants,

ma mère m'a toujours fait partager son vécu de maman, y compris les incertitudes par lesquelles elle était passée. Cela m'a rendu un grand service. J'ai su que j'avais le droit de ne pas toujours réussir, de ne pas être d'accord avec d'autres... Je me méfie des recettes. Je trouve plus intéressant le partage d'expériences entre parents. Cela aide à prendre du recul, à trouver des trucs et astuces quand ça coïncide. J'accorde aussi beaucoup de crédit aux professionnels qui connaissent mes enfants au quotidien, comme à la crèche. Ils remarquent parfois des choses que je ne vois pas. »

« Ma belle-sœur m'a montré une façon de faire différente »

VIOLAINE, 42 ans,
infirmière, mère de trois enfants de 7 à 13 ans

« J'ai commencé à être mère en reproduisant un modèle sans me poser de questions. Fille de militaire, avec sept frères et sœurs, j'ai reçu une éducation très rigide, sans communication. Pour notre aînée, nous avons installé une barrière dans le couloir pour qu'elle ne vienne pas jouer dans le salon. Je la laissais pleurer, pensant qu'il ne fallait pas tout céder. Il y a cinq ans, j'ai entamé une psychothérapie qui m'a ouvert les yeux sur ce qui n'était que des croyances. Dans le même temps, mon frère est devenu papa, et sa femme, élevée selon la méthode Gordon qui promeut l'écoute active, m'a montré une façon de faire radi-

calement différente. Proche de son enfant, elle trouvait des biais détournés pour obtenir ce qu'elle voulait, sans autoritarisme. Au début, je la trouvais trop laxiste, mais j'ai vu que ses méthodes fonctionnaient. Avec mon mari, nous nous sommes mis à lire des ouvrages sur la parentalité respectueuse. Nous mettons en pratique, et l'ambiance est bien meilleure. Je vais suivre un cycle de dix ateliers. Être parent s'apprend et c'est un vrai bonheur. »

« Une boîte à outils »

SÉVERINE, 39 ans,
assistante dans une école, mère d'un garçon de 4 ans

« J'ai participé à un groupe de parents suivant la méthode "Écouter pour que les enfants parlent, parler pour que les enfants écoutent", des Canadiennes Adele Faber et Elaine Mazlish. L'animatrice avait été formée par Sophie Benkemoun, de l'Atelier des parents. Cette approche m'a aidée dans mes relations avec mon fils. J'ai aussi découvert le programme e-learning de Happy parents. Je reçois un mail par semaine, avec des diaporamas thématiques. Je vais y puiser quand j'en ai besoin, comme dans une boîte à outils. J'ai compris, par exemple, comment et pourquoi ne pas donner d'ordres contraires ou décrire ce qui pose problème. J'apprécie la formatrice, toujours très positive. Elle ne donne pas de recettes mais aide à faire un travail sur soi-même, en posant les bonnes questions. »

RECUEILLI PAR ÉLISE DESCAMPS