Publié par:
REISO.org
REVUE D'INFORMATION SOCIALE

Parents sous pression pour devenir parfaits



De nos jours, la parentalité est accompagnée de nombreux conseils et injonctions afin que l'enfant se développe de façon optimale. Toutefois, tant pour les pères, les mères que les enfants, le mieux ne serait-il pas l'ennemi du bien ?

© Fizkes / AdobeStock

Par ***Gaëlle Venard***, collaboratrice de recherche, ***Stijn Van Petegem***, premier assistant, et ***Vanessa Pina Brito***, assistante étudiante, Université de Lausanne

Depuis les années 70, les sociétés occidentales ont commencé à s'intéresser plus rigoureusement à la parentalité. Dans ce cadre, d'intéressantes découvertes ont été faites concernant la manière d'éduquer les enfants afin qu'ils s'épanouissent et se développent de manière optimale. A partir de ces nouvelles connaissances, certaines normes se sont développées et s'apparentent, d'après la littérature sociologique, à l'intensive parenting (Hays, 1996).

Selon cette idéologie, les parents doivent s'investir dans leur rôle parental, en consacrant notamment beaucoup d'énergie, de temps et d'argent dans l'éducation de leur enfant. Il s'agit également d'être au courant de tous les conseils d'experts afin de s'ajuster parfaitement aux besoins de l'enfant. Toutefois, bien que la multitude de conseils prodigués par la société et les médias constitue une aide pour certains parents, elle représente également une source de pression importante pour d'autres.

Dans le cadre d'un projet FNS, des chercheurs du FAmily and DevelOpment research center (FADO) de l'Université de Lausanne ont interrogé 512 adolescents et 467 parents du canton de Vaud afin de mieux comprendre la parentalité contemporaine. Dans cette étude, la grande majorité des parents ont rapporté ressentir une pression quant à leur rôle parental, en répondant positivement à des items tels que : « La société me dit qu'un bon parent veille à protéger son enfant », ou « Les médias me font penser qu'il relève de ma responsabilité que mon enfant ne soit pas exposé à de potentielles situations stressantes ou dangereuses ».

D'après l'analyse des données, il ressort que les femmes sont particulièrement sensibles à la pression sociale concernant la parentalité, notamment en ce qui concerne le devoir d'être un « parent parfait ». En effet, à la

différence des pères, plus celles-ci ressentent de la pression de la part des médias, de la société ou d'autres parents, plus elles ont tendance à s'occuper démesurément de leur enfant.

Pourquoi plus de maman poules ?

Depuis les années 1970, un nombre grandissant de femmes de classe moyenne occupent des fonctions salariées malgré les réticences normatives concernant les conséquences sur leur famille. En effet, dans la logique patriarcale, l'homme a le rôle financier dans la maison alors que la femme se focalise exclusivement sur son rôle de parent. Selon l'idéologie de l'intensive mothering, issue de ces normes traditionnelles, la femme est naturellement plus disposée à être un meilleur parent et un travail salarié est incompatible avec son rôle de mère. De plus, il est convenu qu'elle se complaise dans son rôle parental, car c'est cette place qui définit sa valeur dans la société.

Se trouvant en marge de ce qui est habituellement attendu d'elles, certaines mères se sentent obligées de prouver qu'elles sont capables de gérer aussi bien leur vie professionnelle que leur rôle de mère (Hays, 1996). Elles s'investissent alors davantage que les pères afin de s'assurer de ne pas faillir à leur rôle. En outre, bien que les répartitions des tâches deviennent plus égalitaires, les femmes restent le parent qui passe le plus de temps avec l'enfant et sont plus souvent amenées à baisser leur taux d'activité ou à prendre congé lorsque l'enfant tombe malade, par exemple.

D'après les données du FADO, les idées liées à l'idéologie de l'intensive parenting font également partie des discours des pères. Toutefois, à la différence des mères, les préoccupations des pères quant à leur rôle parental concernent davantage les loisirs ou les questions financières, ce qui les conduirait à moins se remettre en question quant à leur attitude de soin (Shirani et al., 2012).

Entre burnout et surprotection

Comme évoqué plus haut, les nombreux conseils prodigués pour être un meilleur parent sont généralement bienveillants et servent de support pour les parents. Toutefois, ces attentes sociétales constituent également une pression éprouvante pour certains parents fortement investis. Les parents – et en particulier les mères – qui mènent de front leur travail salarié, les tâches ménagères et l'éducation intensive de leur enfant, ont plus de risques de se sentir épuisés, stressés et anxieux.

Dans le pire des cas, cet investissement conduit au burnout parental (ou épuisement parental), caractérisé par une grande fatigue et des difficultés à s'investir dans l'éducation de son enfant (Roskam & Mikolajczak, 2018). Dans cet état, le parent ressent souvent un fort sentiment de culpabilité et de honte, car il ne parvient plus à s'impliquer comme auparavant et ne correspond plus à l'image idéalisée du parent que la société continue souvent de véhiculer. De plus, l'épuisement parental conduit parfois à des tensions au sein du couple conjugal, mais aussi à des comportements négligents envers l'enfant, voire parfois violents.

Un autre risque concerne le fait que certains parents soumis à la pression quant à leur parentalité adoptent des comportements surprotecteurs envers leur enfant. La surprotection parentale se définit par un degré de protection excessif par rapport au niveau de développement de l'enfant (Thomasgard et al., 1995). Un parent surprotecteur a tendance à prévenir son enfant des moindres contrariétés ou dangers qui pourraient lui arriver, à s'immiscer dans ses relations et à fortement réagir lorsqu'il lui arrive un malheur.

En outre, un parent surprotecteur ne laisserait pas, par exemple, sortir son enfant seul ou interviendrait systématiquement dans ses devoirs scolaires. Ces pratiques parentales comportent le risque de nuire au développement optimal de l'enfant. En effet, elles entravent l'autonomie et les comportements exploratoires de

l'enfant ainsi que son sentiment d'être capable de se débrouiller seul. Elles empiètent également sur le besoin de l'enfant de nouer des relations avec ses pairs. Plusieurs études indiquent qu'en conséquence, les enfants surprotégés souffrent davantage de troubles somatiques (par exemple maux de ventre), de troubles anxieux et dépressifs ainsi que de troubles du comportement.

Quel avenir pour la parentalité ?

Dernièrement, la crise sanitaire liée au Covid-19 a accentué certaines de ces dynamiques. En effet, lors du confinement qui a duré plusieurs semaines, les parents – et les mères en particulier – ont fait face à une double injonction : assurer les tâches éducatives et de soin de leur enfant tout en télétravaillant efficacement à la maison. A cela s'ajoutent les divers conseils diffusés par les médias afin de soutenir les parents dans l'organisation familiale et les nombreuses indications quant à la sécurité sanitaire de la famille. Il y a des raisons de croire que, malgré leur bienfondé, ces informations ont renforcé l'anxiété ainsi que la pression pesant sur les épaules de certains parents, et ce, même au-delà du confinement (Van Petegem, Venard, & Zimmermann, 2020).

En plus de ces injonctions, les parents se confrontent à une insécurité économique grandissante qui renforce la pression sociale autour de la parentalité. En effet, une récente étude suggère que les parents vivant dans un pays à fortes inégalités économiques s'investissent plus intensivement dans l'éducation de leur(s) enfant(s) (Doepke & Zilibotti, 2019). Par exemple, aux États-Unis, pour accéder aux universités réputées très onéreuses et sélectives, les parents n'hésiteraient pas à pousser leurs enfants à travailler sans relâche afin qu'ils soient sélectionnés ou qu'ils obtiennent éventuellement une bourse.

Cette tendance s'explique par le fait que, dans un environnement inégalitaire, les parents deviendraient particulièrement soucieux de la réussite scolaire de leur enfant, se considérant de plus en plus responsables de son avenir. En Suisse, la situation économique est devenue plus instable et le marché du travail semble plus compétitif qu'auparavant, d'autant plus depuis la pandémie du Covid-19. Cette situation pourrait avoir un impact futur sur l'éducation que certains parents adopteront.

En conclusion, les parents d'aujourd'hui sont soumis à des normes exigeantes quant à l'éducation de leur enfant. En effet, en plus d'être des parents présents et soutenants, ils doivent investir beaucoup d'énergie et d'argent pour que leur enfant se développe de manière optimale et réussisse son avenir. Cette pression concerne particulièrement les mères considérées comme le « parent principal ». Ainsi, les dérapages, comme l'épuisement parental ou la surprotection parentale, sont à comprendre dans un contexte contemporain marqué par de lourdes responsabilités incombant aux parents, en particulier lorsque la situation économique et sanitaire semble instable.

Bibliographie

Doepke, M., & Zilibotti, F. (2019). Love, money & parenting: How economics explains the way we raise our kids. Princeton University Press.

Hays, S. (1996). The cultural contradictions of motherhood. Yale University Press.

Roskam, I., & Mikolajczak, M. (2018). Le burn-out parental : comprendre, diagnostiquer et prendre en charge. De Boeck supérieur.

Shirani, F., Henwood, K., & Coltart, C. (2012). Meeting the challenges of intensive parenting culture: Gender, risk management and the moral parent. Sociology, 46(1), 25-40. DOI

Thomasgard, M., Metz, W. P., Edelbrock, C., & Shonkoff, J. P. (1995). Parent-child relationship disorders: I. Parental overprotection and the development of the Parent Protection Scale. Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics, 16(4), 244-250. DOI

Site Internet. Van Petegem, S., Venard, G., & Zimmermann. (2020). COVID-19 : une nouvelle pression sur les parents. Consulté en ligne