

06.2020, Lausanne

# La surprotection parentale, quand le parent veut trop bien faire



Depuis quelques années, de nombreux médias ont commencé à évoquer un nouveau genre de parentalité, sous les termes de « parents hélicoptères », « parents tondeuses » ou encore « parents surprotecteurs ». Malgré l'engouement médiatique autour de cette thématique, seules quelques études s'y sont intéressées de manière rigoureuse. Selon ces recherches, cette parentalité se caractériserait par un degré de protection parentale excessif par rapport au niveau développemental de l'enfant. Le comportement d'un parent surprotecteur se traduirait par sa tendance à vouloir protéger son enfant des moindres dangers ou contrariétés qui pourraient lui arriver, à résoudre ses conflits relationnels à sa place ainsi qu'à réagir démesurément lorsqu'il rencontrerait des difficultés.

Dans le cadre d'un projet FNS, une équipe du Centre de recherche sur la famille et le développement (**FADO** — [www.unil.ch/fado](http://www.unil.ch/fado)) de l'Université de Lausanne s'est intéressée aux conséquences mais surtout aux raisons qui peuvent amener les parents à surprotéger leur enfant. Grâce à l'accord de la Direction générale de l'enseignement obligatoire (DGEO) et de plusieurs directions d'établissements scolaires du Canton de Vaud, 512 adolescents (219 garçons, 293 filles) et 467 parents (283 mères, 184 pères) ont accepté de participer à l'étude et de répondre à une série de questionnaires. Les parents étaient en moyenne âgés de 47 ans et les adolescents de 16 ans. En complément, l'équipe du FADO a utilisé les données d'une étude effectuée en Belgique dans laquelle 402 adolescents (148 garçons, 254 filles) et leur mère ont été interrogés.

## La surprotection parentale : une norme à l'adolescence ?

Suite à l'analyse des réponses données par les participants, plusieurs éléments ont retenu notre attention. Tout d'abord, nous nous sommes demandés à quel point les pratiques surprotectrices étaient répandues dans les familles vaudoises. Du point de vue des adolescent.e.s, seule une minorité reportaient que leurs parents se comportaient parfois de manière surprotectrice. En effet, environ 28% des adolescent.e.s percevaient leurs mères comme ayant des tendances surprotectrices, et environ 11% avaient une impression analogue concernant leur père. Généralement, cela représente environ cinq à six élèves dans une classe de vingt. Le fait que la surprotection soit plus fréquemment rapportée pour les mères que pour les pères nous a permis de nous interroger sur les attentes sociétales différentes vis-à-vis des figures parentales (*cf. une société qui met les parents sous pression ?*).

Il est intéressant de souligner que les parents interrogés dans l'étude se considéraient généralement comme moins surprotecteurs que ce que les adolescents ont pu indiquer ; un résultat qui est confirmé par les données belges où les réponses des adolescents ont été comparées avec celles de leur mère. Cet écart de perception peut être potentiellement problématique. En effet, nos résultats suggèrent que plus l'écart est grand, plus les adolescents rencontreraient des difficultés psychosociales. Par ailleurs, surprotéger son enfant aurait, en général, pour effet d'entraver son autonomie et de l'empêcher de développer des compétences nécessaires pour faire face aux obstacles de la vie. En réaction à la protection inadéquate des parents, les enfants surprotégés présenteraient également davantage de symptômes somatiques (p.ex. maux de ventre, migraine) ainsi que de symptômes anxieux et dépressifs.

### Pourquoi les parents deviendraient-ils surprotecteurs ?

Les raisons qui amènent un parent à devenir surprotecteur sont multiples, et c'est précisément ce qui était au centre de cette recherche. En général, on distingue trois groupes de raisons : (1) des facteurs liés au fonctionnement du parent, (2) des facteurs liés au fonctionnement de l'enfant, et (3) des facteurs liés au contexte. Concernant le fonctionnement du parent, l'anxiété parentale semble être un facteur qui joue un rôle important dans la surprotection parentale. En effet, un parent qui est, de nature, plus inquiet se ferait beaucoup de soucis pour

l'éducation, le bien-être ainsi que la réussite de son enfant et anticiperait davantage les contrariétés que ce dernier pourrait rencontrer. Afin de palier à ses inquiétudes, il l'encouragerait moins dans son indépendance et prendrait plus souvent des initiatives à sa place.

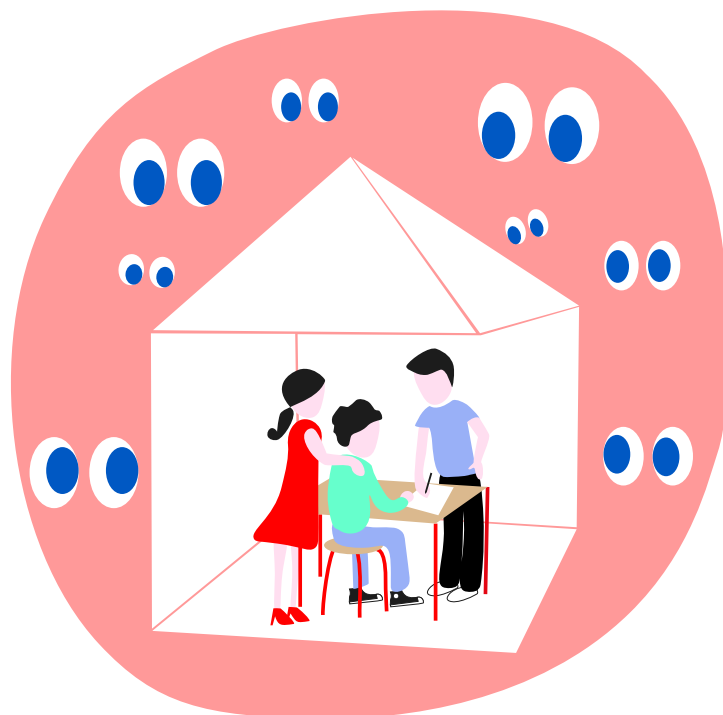
En outre, diverses études indiquent que ces tendances surprotectrices peuvent être accentuées par certaines vulnérabilités que l'enfant présente. Par exemple, lorsque l'enfant souffre d'un handicap ou qu'il a une personnalité particulièrement timide, le parent risque d'être encore plus attentif à le protéger, ne le considérant pas forcément capable de gérer ses problèmes seul. Bien que ce comportement soit bienveillant, il pourrait renforcer les vulnérabilités de l'enfant en l'empêchant de trouver ses propres stratégies pour faire face à ses difficultés.

### Une société qui met les parents sous pression ?

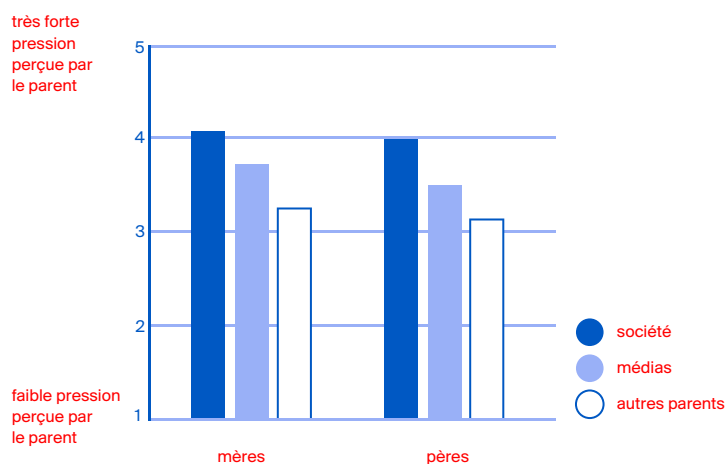
Dans notre étude, nous nous sommes également intéressés au rôle des facteurs sociétaux, en nous questionnant en particulier sur le rôle du contexte socio-économique dans les phénomènes de surprotection parentale. Selon plusieurs travaux sociologiques, les parents seraient soumis de nos jours à certaines attentes normatives concernant l'éducation de leur enfant. Ces attentes feraient désormais partie des mœurs et les parents qui ne s'y conformeraient pas seraient, explicitement ou implicitement, montrés du doigt. L'engagement et l'implication attendus s'apparentent à l'idéologie de *l'intensive parenting* (parentalité intensive). Il s'agirait pour les parents, entre autres, d'investir énormément de temps, d'argent et d'énergie dans l'éducation de leur enfant afin d'assurer au mieux le futur de ce dernier, au détriment parfois de leurs propres besoins. En d'autres termes, *l'intensive parenting* désigne l'injonction qui pèse sur le parent à être un « parent parfait », très investi dans son rôle parental. Dans le cadre de notre recherche, la grande majorité des mères et des pères ont confirmé qu'ils percevaient cette injonction, en répondant plutôt positivement à des items tels que : « La société me dit qu'un bon parent veille à protéger son enfant », ou « La société me fait comprendre qu'un bon parent s'assure de préserver la santé et la sécurité de son enfant ». Comme illustré dans **le graphique** ci-après, trois sources de pressions semblent particulièrement importantes : la pression sociétale, la pression médiatique (p.ex. livres, télévision, réseaux sociaux) et la pression des autres parents.

Malgré le fait que les deux parents se sentent concernés par des attentes sociétales concernant

leur parentalité, il semble important de souligner que cette injonction pèserait davantage sur les épaules des mères. Selon les résultats de l'étude, elles seraient particulièrement sensibles à la pression d'être un parent parfait (40%), par rapport aux pères (23%). Cette peur de ne pas être à la hauteur les amènerait à s'impliquer parfois excessivement dans la vie de leur enfant, au risque d'être surprotectrices. Ce résultat fait écho au rôle central que la société attribue encore à la mère au sein de la famille et permet d'expliquer en partie la propension plus importante des mères à adopter des pratiques surprotectrices par rapport aux pères.



perception des pressions sociales



### Eduquer dans une société dite « à risques »

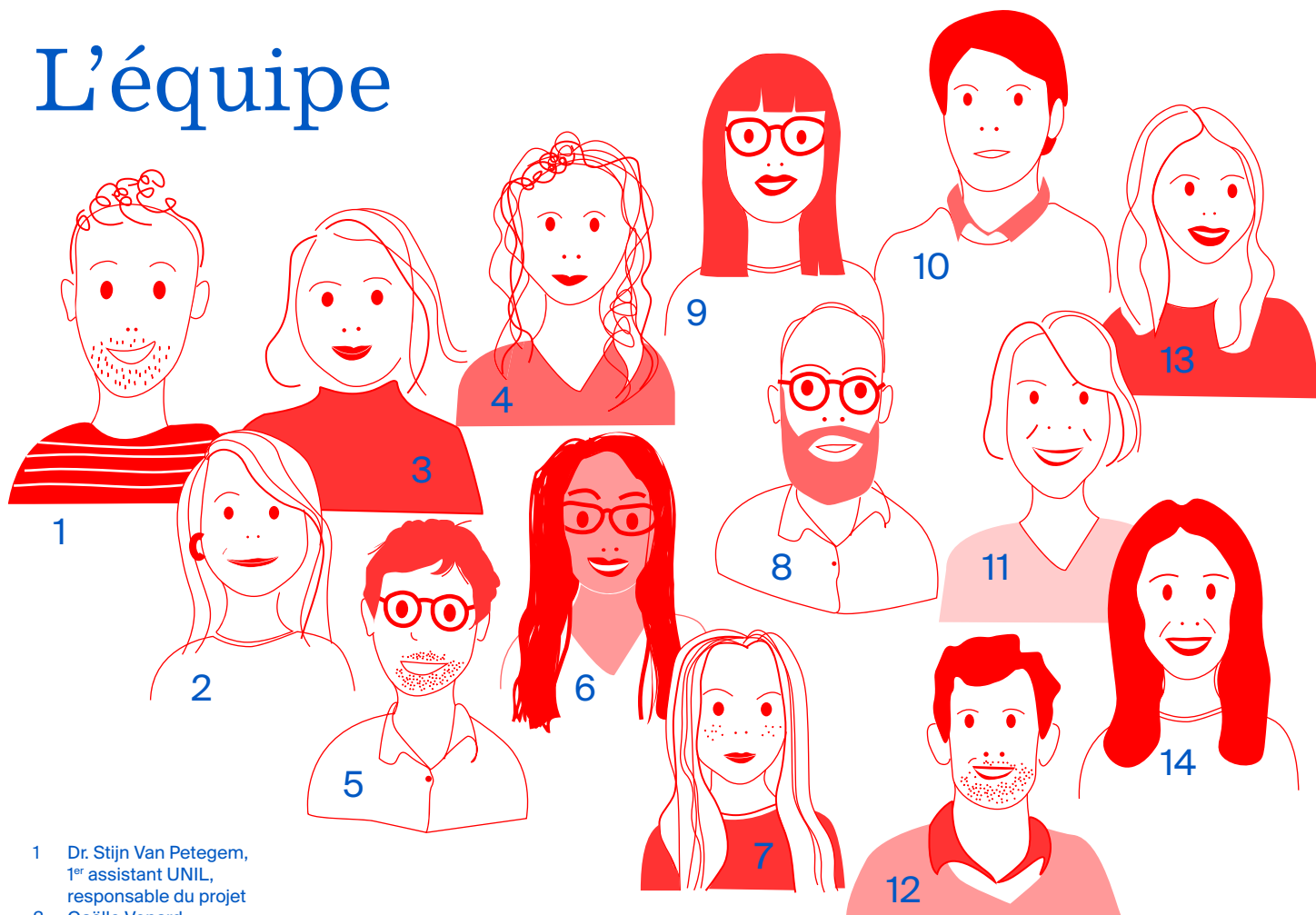
En dernier lieu, il nous semble essentiel d'ajouter que plus de la moitié des parents interrogés considéraient l'époque actuelle comme plutôt difficile et potentiellement dangereuse (à noter que l'étude a été menée avant la crise sanitaire du COVID-19). Nos résultats indiquent que cette perception du monde extérieur comme étant dangereux a également une influence importante sur leur tendance à être surprotecteurs. Par exemple, si les parents ont l'impression que leur enfant n'est pas en sécurité en dehors de la maison, ils auront tendance à le prévenir excessivement de tous les dangers possibles ou encore à le priver de sorties. Ces pratiques parentales entreraient alors en conflit avec le besoin de l'enfant d'explorer le monde et de passer du temps avec ses pairs, d'autant plus s'il est adolescent.

Enfin, il paraît difficile de faire part de ces résultats sans évoquer la crise sanitaire qui a eu lieu ces derniers mois. Actuellement, aucune étude n'a été achevée au sujet des répercussions du confinement sur les dynamiques familiales en Suisse. Toutefois, il est possible de faire

l'hypothèse que les différents facteurs influençant la surprotection parentale ont pu s'accroître, au détriment du bien-être des différents membres de la famille. En effet, en plus d'honorer leurs obligations professionnelles, de très nombreux parents ont été forcés de gérer entièrement l'éducation de leur enfant dans un climat particulièrement anxiogène, face à un virus à la fois invisible et omniprésent. Bien que certains comportements perçus habituellement comme « surprotecteurs » ont pu être considérés comme adaptés dans ce contexte particulier (p.ex. interdiction de sortie, suivi intensifié de la scolarité), un risque existe que les parents maintiennent ces comportements surprotecteurs au-delà du confinement.

La surprotection parentale est un sujet complexe et différents éléments doivent être pris en compte pour comprendre ses enjeux. En plus des facteurs propres au parent et à l'enfant, le comportement surprotecteur s'inscrit dans un contexte particulier, marqué par une certaine pression sociale concernant le rôle parental et un sentiment d'insécurité par rapport au monde extérieur. Comme ces derniers mois l'ont illustré, certains facteurs peuvent être renforcés par des événements et des circonstances inhabituelles. Cet état de fait semble important à prendre en considération, compte tenu des conséquences potentiellement délétères sur les enfants et les parents (p.ex. épuisement parental).

# L'équipe



- 1 Dr. Stijn Van Petegem, 1<sup>er</sup> assistant UNIL, responsable du projet
- 2 Gaëlle Venard, collaboratrice de recherche FNS
- 3 Noémie Mendez, collaboratrice de recherche FNS
- 4 Svetlana Titova, collaboratrice de recherche FNS
- 5 Prof. Grégoire Zimmermann, professeur UNIL
- 6 Vanessa Pina Brito, assistante-étudiante
- 7 Pauline Eeckhout, assistante-étudiante
- 8 Prof. Jean-Philippe Antonietti, professeur UNIL


- 9 Caroline Naudin, assistante diplômée UNIL
- 10 Prof. Bart Soenens, Université de Gand, Belgique
- 11 Prof. Melanie Zimmer-Gembeck, Griffith University, Australie
- 12 Prof. Maarten Vansteenkiste, Université de Gand, Belgique
- 13 Gillian Albert-Sznitman, assistante diplômée UNIL
- 14 Prof. Joëlle Darwiche, professeur UNIL

Nous tenons à remercier chaleureusement la Direction générale de l'enseignement obligatoire du canton de Vaud (DGE0) ainsi que les Directions d'établissements scolaires sans lesquelles il aurait été impossible de mener à bien cette recherche. Nous remercions également tous les participants de l'étude qui ont pris du temps pour répondre aux questionnaires et, ainsi, contribué à notre travail. Cette recherche a pu être réalisée grâce au fonds no. 10001C\_179455 du Fonds National Suisse.

## contact

Dr. Stijn Van Petegem  
stijn.vanpetegem@unil.ch  
Université de Lausanne – Géopolis  
CH 1015 - Lausanne, Suisse  
+41 21 692 37 12

Gaëlle Venard  
gaelle.venard@unil.ch  
Université de Lausanne – Géopolis  
CH 1015 - Lausanne, Suisse  
+41 21 692 32 80

 Psychologie  
de l'adolescence  
(UNIL)

graphisme et illustrations  
Sofie Deckers  
www.sofiedeckers.com