

## La parentalité positive culpabilise-t-elle les parents ?

par Marc-André Cotton

Cet article est paru dans la revue Peps No 19 (été-automne 2017)

*Résumé : Selon certaines critiques, la bienveillance éducative pourrait conduire à l'épuisement parental en s'imposant comme un nouveau modèle à suivre. Plus vraisemblablement, c'est le manque d'un positionnement libérateur face à leurs propres parents qui menace les jeunes couples désireux de mieux faire avec leurs enfants.*

L'idée que nos enfants puissent grandir sans violence fait son chemin dans notre société. Des ressources permettent aux parents de mieux comprendre les réactions de leurs tout-petits, d'accompagner les plus grands dans les apprentissages et de mieux vivre leurs frustrations éventuelles. Les groupes de discussion autour de la parentalité se multiplient. Parmi les nombreuses préoccupations échangées, la question de la culpabilisation des parents revient fréquemment sous diverses formes. Vouloir pratiquer une éducation bienveillante, n'est-ce pas se donner un modèle de « parents parfaits » par définition impossible à atteindre ? Se faire croire qu'on peut éduquer sans conflit en oubliant nos propres besoins – une « *absurdité culpabilisante et dangereuse pour les enfants* » selon la psychanalyste Claude Halmos<sup>1</sup> ?

### « Nouveau dogme éducatif »

Et les pressions sociales ne manquent pas ! Dans un livre au titre révélateur, *Comment devenir parent sans se fâcher avec la terre entière*, Béatrice Kammerer et Amandine Johais avancent : « Une des missions les plus importantes qui repose sur les épaules des parents est d'assurer l'insertion sociale de leur enfant, au présent comme au futur<sup>2</sup>. » Aveuglés par leur désir de bien faire et souvent désarmés face aux débordements de leur progéniture, les partisans de la bienveillance seraient vite confrontés aux limites d'une proposition éducative ambitieuse, mais « qui demande un fort investissement parental et qui peut être à l'origine, pour certains parents au bout du rouleau, d'un sentiment d'échec<sup>3</sup> ».

Pour d'autres sceptiques, l'éducation positive serait culpabilisante parce qu'elle promeut l'indulgence et l'empathie pour les enfants, mais n'offre « aucune prise en compte sérieuse des affects des parents<sup>4</sup> ». Le danger de ce modèle idéal serait de fabriquer des parents malheureux, qui doutent et se sentent coupables. Les critiques les plus virulents dénoncent « un nouveau dogme éducatif » dans lequel l'enfant, prisonnier du cocon familial, serait trop rarement confronté à des émotions négatives jugées nécessaires à son développement<sup>5</sup>.

### Colère et désarroi

Ces interpellations ne sont pas sans incidence sur celles et ceux qui cherchent à se situer dans le flot d'informations désormais disponibles sur le sujet. « On accuse toujours les parents et on les fait culpabiliser » m'écrit ainsi une internaute en réponse à un article sur l'importance du maternage proximal. Premières concernées, les mères sont parfois d'autant plus réactives qu'elles pensent devoir répondre à des injonctions contradictoires. « On peut promouvoir une éducation sans violence [...] sans assigner les femmes à résidence et à l'allaitement obligatoire, s'insurge une autre intervenante. Culpabiliser et accuser n'est pas une bonne démarche ! »

La polémique enflamme quand des études tendent à montrer que les conditions qui entourent la grossesse, l'accouchement et les premiers mois de la vie ont une influence sur le développement ultérieur de l'enfant<sup>6</sup> – des indications qui sont parfois vécues comme une mise en cause trop lourde à porter. « *Ce qui m'a le plus choquée*, écrit ainsi une lectrice occasionnelle de PEPS, *est la citation de l'autisme comme une conséquence possible à cela.* » Le rejet peut être alors d'autant plus fort que la personne ressent colère et désarroi face à une situation sur laquelle elle pense n'avoir aucune prise.

Les « nouveaux pères » connaissent aussi ce sentiment de culpabilité s'ils refusent le rôle du tiers-séparateur que leur assigne encore la psychanalyse – mais sans toujours y parvenir. Le conflit entre leurs aspirations éducatives et le modèle hérité de leurs propres parents fait écho au trouble de leur compagne et met à rude épreuve l'harmonie conjugale. Alors comment mettre un peu d'ordre dans tout cela ?

### **L'effroi qui nous habite**

Commençons par la culpabilité – une sensation désagréable que l'on éprouve quand deux messages contradictoires se bousculent dans notre esprit, souvent à notre insu. Il y a ce que je *voudrais* être d'une part et ce qu'une autre partie de moi-même affirme que je *devrais* être. En matière de parentalité, on peut avoir envie de frapper son enfant (ou même le faire) tout en sachant que c'est inacceptable ou, à l'inverse, lui expliquer les choses calmement en repoussant l'idée qu'il mérite une punition. Dans les deux cas, ce n'est pas notre bienveillance qui est en cause, mais notre difficulté à nous libérer d'injonctions éducatives jadis intériorisées sous la terreur.

Pour mesurer l'effroi qui nous habite en tant que parents, il suffit d'imaginer notre réaction à entendre un proche juger nos propres enfants : *c'est un garçon mal élevé, ta fille ne sait pas se tenir à table, ils ne feront rien dans la vie s'ils passent leur temps à s'amuser...* Derrière un possible haussement d'épaule, gageons que beaucoup seront terrifiés à l'idée qu'ils puissent faillir à leur « mission » de parents – tout au moins la représentation qu'en véhicule leur entourage. Or c'est le manque de positionnement face à ce genre d'allégations qui nous empêche d'être résolument « avec » nos enfants et réactive en nous un sentiment de culpabilité d'autant plus obsédant qu'il nous est familier.

### **Servitudes non résolues**

Jadis, nous avons tous été ces êtres proches d'eux-mêmes, sensibles à leurs besoins et engagés dans la vie que sont les tout jeunes enfants. Le sentiment de culpabilité nous était étranger – mais il s'est vite imposé au contact de la problématique familiale. Nos parents nous ont chargés du poids de leurs souffrances et nous avons grandi avec la conviction que nous leur en étions redevables. D'où la tendance ultérieure de l'adulte à se culpabiliser d'oser mettre en cause son éducation.

Quand on s'engage dans une démarche de parentalité bienveillante, il est inévitable que ces servitudes non résolues se manifestent – parfois impérieusement. La tentation est grande de reproduire les schémas de comportement par lesquels nos parents nous ont rendus responsables de leurs difficultés de vie et la manière dont ils ont fait valoir leurs propres priorités. Le sentiment de culpabilité qui nous tourmente alors reflète autant notre impuissance que notre résolution à nous libérer de ces conditionnements.

### **Des questions pour y voir plus clair**

Il y a donc un travail à faire pour retrouver l'intégrité qui nous permette d'être « soi » avec nos enfants. Il débute inévitablement par l'écoute des projections que nous faisons sur eux et le retour inlassable sur notre propre vécu d'enfance. Il se poursuit par la mise au jour des dynamiques familiales qui ont déterminé le sens de nos existences, des héritages insidieux

qui nous ont enfermé dans un rôle face à nos propres parents – *une fille ou un fils rebelle par exemple* – et des souffrances qu’entraîna fatalement le déni de notre être.

Ce cheminement vers soi n’est pas de tout repos. Lorsque les émotions affleurent, il est difficile de ne pas s’en défendre et d’en épargner nos enfants. De ne pas les rendre responsables du sentiment d’impuissance qui émerge de notre propre enfance. Et de ne pas condamner nos tâtonnements inévitables – comme l’ont fait trop souvent nos parents. *Pourquoi suis-je réticent(e) à satisfaire aux besoins de mon enfant ? À quoi sa spontanéité me renvoie-t-elle ? Comment ai-je moi-même été cassé(e) dans mes élans de vie ?* Des questions comme celles-ci peuvent aider à y voir plus clair<sup>7</sup>.

Je suis persuadé qu’il n’y a pas de « bons » ou de « mauvais » parents, mais des adultes qui rejouent leur histoire avec un désir plus ou moins affirmé de s’en libérer. Le manque de travail sur soi nous oblige à porter le sentiment de « mal faire » – une reproduction de ce que nos parents ont fait de mal avec nous. Au lieu d’incriminer la bienveillance éducative, accueillons plutôt la dissonance que révèle immanquablement le sentiment de culpabilité. Profitons-en pour faire le tri – et pour rendre à nos géniteurs le lourd fardeau de leur éducation.

**Marc-André Cotton**

© M.A. Cotton – 10.2017 / [www.regardconscient.net](http://www.regardconscient.net)

<sup>1</sup> Claude Halmos interviewée par Agnès Leclerc, « Éducation : “Les parents veulent échapper au conflit avec l’enfant” », *Le Figaro*, 04.03.2016, <http://www.lefigaro.fr/actualite-france/2016/03/04/01016-20160304ARTFIG00327-les-parents-veulent-echapper-au-conflit-avec-l-enfant.php>.

<sup>2</sup> Béatrice Kammerer et Amandine Johais, *Comment éviter de se fâcher avec la Terre entière en devenant parent, la parentalité en 9 questions qui divisent*, éditions Belin, 2017, p. 246.

<sup>3</sup> *Ibid*, p. 256.

<sup>4</sup> Mme Elle, « Les limites de l’éducation positive », *La belle vie Family*, 17.07.2016, <https://labelleviefamily.com/2016/07/17/les-limites-de-leducation-positive/>.

<sup>5</sup> Amandine Grosse, « Parentalité positive : le nouveau dogme éducatif ? », *Milk No 51*, mars 2016, <http://www.milkmagazine.net/parentalite-positive/>.

<sup>6</sup> Il s’agit par exemple des recherches en santé primale du Dr Michel Odent. Lire « Santé primale : cette période cruciale de l’enfantement », *Regard conscient*, mars 2001, <http://www.regardconscient.net/archi03/0301odent.html>.

<sup>7</sup> Voir aussi notre vidéo de l’atelier « Travailler sur soi au quotidien : l’approche de Regard conscient », *Regard conscient*, 07.2017, [www.regardconscient.net/archi17/1708ateliertravailsursoi.html](http://www.regardconscient.net/archi17/1708ateliertravailsursoi.html).