

ISABELLE TEPPER
JOURNALISTE SANTÉ ET PARENTALITÉ

PRÉFACE DU
DR ARNAULT PFERSDORFF

PARENTS *parfaits*



UN MYTHE TOXIQUE

ENQUÊTE SUR DES INJONCTIONS
CONTRADICTOIRES ET LE VÉCU DES PARENTS

PARENTS
parfaits

**UN
MYTHE
TOXIQUE**

À mes parents.

© Hatier – 8, rue d'Assas, 75006 Paris
Direction : Rachel Duc
Responsable éditoriale : Caroline Terral
Relecture : Odile Raoul

Illustrations : Céline Bailleux

Directeur artistique : Nicolas Vallet
Couverture et mise en page : SKGD-Création
Fabrication : Cécile Labarthe

PARENTS *parfaits*

UN MYTHE TOXIQUE

ENQUÊTE SUR DES INJONCTIONS
CONTRADICTOIRES ET LE VÉCU DES PARENTS

Sommaire

PRÉFACE p. 6

INTRODUCTION p. 11

PARTIE 1 : 150 ANS D'INJONCTIONS CONTRADICTOIRES

AU XIX^E SIÈCLE : L'INVENTION DE LA PUÉRICULTURE p. 18

L'ENTRE-DEUX-GUERRES : L'HYGIÉNISME TRIOMPHANT p. 27

LES TRENTE GLORIEUSES : L'ENFANT EST UNE PERSONNE p. 34

LES ANNÉES 1970-1980 : DU PASSÉ FAISONS TABLE RASE ! p. 46

AU TOURNANT DU XXI^E SIÈCLE :
NATURE ET NEUROSCIENCES À TOUS LES ÉTAGES ! p. 52

PARTIE 2 : LES AVENTURIERS DU QUOTIDIEN

LES GRANDS DOUTES DE LA PETITE ENFANCE p. 62

TENDANCES À SUIVRE... OU À LAISSER p. 94

PARENTS CONNECTÉS : POUR LE MEILLEUR OU POUR LE PIRE ? p. 126

PARTIE 3 : MES PARENTS VONT CRAQUER...

CRISE DANS LA SPHÈRE INTIME p. 136

UNE SOCIÉTÉ INADAPTÉE AUX PARENTS D'AUJOURD'HUI p. 172

PARTIE 4 : À LA RECHERCHE DU LIEN PERDU

ENTRETIENS p. 186

DES LIEUX QUI RELIENT p. 204

BIBLIOGRAPHIE p. 216

TABLE DES MATIÈRES p. 219

Préface

PARENTS PARFAITS, UN MYTHE TOXIQUE

Enquête sur des injonctions contradictaires et le vécu des parents

La parentalité, néologisme apparu vers la fin du xx^e siècle, a trouvé toute sa place dans notre société, comme s'il était besoin d'une actualisation pour quelque chose qui pourrait être on ne peut plus naturel : être parent. Mais dans notre monde en quête de faire toujours mieux, pour le bien de l'enfant, mais aussi des parents, il est légitime de préciser de quoi on parle. Tenir compte des évolutions sociétales impose de distinguer les dimensions biologiques, juridiques, génétiques, généalogiques, mais aussi politiques, psychosociales, socio-économiques et institutionnelles.

À cela s'ajoute l'évolution de la famille traditionnelle, l'apparition de familles recomposées, pluri-parentales, des foyers monoparentaux. On y voit s'inviter aussi la beau-parentalité, la parentalité adoptive, l'homoparentalité, sans

oublier la Procréation Médicalement Assistée (PMA), qui permet de distinguer le parent biologique du parent social. La Gestation pour autrui (GPA) appartient aussi à cette parentalité moderne où seul compte le bien-être de l'enfant. Qui va aussi de pair avec l'accompagnement des parents dans leurs rôles, qui ne se réduisent plus uniquement à « faire » un enfant et à « élever ». Mais aussi à lui donner toutes ses chances pour qu'il devienne un adulte qui aura une bonne estime de lui, stable sur le plan affectif et professionnel.

L'enfant est d'abord nouveau-né avec une dépendance totale de ses parents pour pouvoir se nourrir, croître, se développer. Et le parent dans tout ça ? Devient-on parent dès l'instant où l'enfant naît ? Ou le devient-on au fil de la vie ? Cette naissance donne un statut, mais devenir parent nécessite en effet du temps, de la patience, de l'écoute, de l'aide souvent.

Dans ma pratique de pédiatre, j'ai appris à décrypter au fil des décennies cette savante communication qui s'opère entre l'enfant et son parent : chacun grandit grâce à l'autre. En tant qu'hospitalo-libéral, mon exercice a dû obligatoirement s'adapter sous peine de ne plus avoir la bonne approche diagnostique auprès des enfants que les parents me confient, ou la bonne approche thérapeutique. Sans compter la dimension psychologique, car l'enfant est un « tout », sous peine de n'en soigner qu'un petit bout.

Tout ceci nécessite un accompagnement, une écoute de la « cellule familiale », pour comprendre comment il grandit, mais aussi comment son parent, ses parents s'enrichissent de « lui », donc grandissent également.

Mais il n'y a pas de *Parents parfaits* : le titre de cet ouvrage entre en profondeur dans ce « mythe toxique ». Isabelle Tepper partage ici sa riche expérience tout en donnant la parole aux parents au travers de nombreux témoignages, ce qui en fait une mine d'or, tant on y apprend de choses sur l'évolution de cette approche globale, avec cette bienveillance propre à l'autrice, sans faire de concessions. Chaque parent écrit sa propre histoire, ce qui lui permet de s'inventer en tant que parent.

Les sujets qui bousculent le quotidien du parent ne manquent pas : la prise en compte de la douleur chez l'enfant, la meilleure connaissance de la physiologie du sommeil, le respect de ses rythmes d'éveil, le co-dodo, la motricité libre, la réévaluation de la notion d'instinct maternel, la place du père, la place du couple, le rôle des récepteurs neurosensoriels, les 1 000 jours, la place des vaccinations, les nouvelles approches de diversification alimentaire, l'attitude en cas de pandémie, etc.

Être parent, c'est aussi apprendre à son enfant à s'autonomiser, dès le plus jeune âge, en lui faisant confiance pour qu'il prenne confiance. Formulé ainsi, cela semble si simple... C'est pourtant le nœud de cette interaction constamment évolutive. Sans oublier le rôle de la famille qui est omniprésente, s'invite parfois dans le jugement, crée des tensions, génère la peur de ne pas bien faire. La pente glissante de l'injonction peut elle aussi être de la partie. La violence physique ou morale également avec ses non-dits et les dégâts que nous devons anticiper faute de les débusquer à temps.

Ce petit bout a besoin de s'opposer pour grandir et non pas être à la merci de parents qui ne voudraient qu'une chose : qu'à la fin, il obéisse !

Précipitez-vous pour lire ce magnifique ouvrage pour lequel je suis très honoré d'écrire la préface, et à la lecture duquel j'ai moi aussi appris beaucoup de choses. D'utilité publique, il remet bien le-les parent(s) au centre, si tant est qu'on ait pu avoir l'impression qu'ils n'y étaient plus. Eux-mêmes ont le plus souvent la solution en eux, sans avoir besoin de se perdre dans les réseaux sociaux, à la condition de s'écouter, d'entendre leur enfant, de le mettre en confiance, tout en le guidant sans être dans l'injonction dont il faut se libérer.

Ne l'oublions pas : l'enfant est le père ou la mère de l'homme ou de la femme qu'il ou qu'elle sera.

ARNAULT PFERSDORFF