

L'hyper-parentalité, ou quand le parent se met (trop) la pression

Le psychopédagogue Bruno Humbeeck nous explique dans son livre comment, en une génération, nous sommes passés de la parentalité à l'hyper-parentalité, et la manière de lâcher du lest pour éviter l'épuisement.

ENTRETIEN

JEAN-PHILIPPE DE VOGELAERE

Nous sommes tous des parents à la fois « hélicoptère », « drone » ou « curling », parce que nous sommes constamment dans le contrôle de la vie de notre enfant, parce que nous voulons sa réussite absolue ou parce que nous lui préparons le terrain dans chaque étape de son développement. C'est ce que l'on appelle l'hyper-parentalité. Un concept encore peu connu mais dont on découvre les tenants et aboutissants dans le livre du psychopédagogue Bruno Humbeeck qui se révèle aussi être un guide auto-réflexif pour permettre à chaque parent de se diriger avec davantage de sérénité, tout en continuant à offrir à leurs enfants une éducation qui leur donne l'envie de grandir.

Vous nous rassurez sur le fait que l'hyper-parentalité n'est ni un défaut ni une maladie...

Pas plus qu'une faille d'ailleurs. C'est simplement une tendance qui vient du fait que vous avez probablement programmé vos enfants. Ils ont ainsi été quasiment convoqués à naître et vous vous sentez terriblement responsable de leur venue au monde, de tout ce qui peut leur arriver. Reste à en mesurer les composantes pour éviter que qui que ce soit dans la famille puisse souffrir d'un excès de tension. Prenons l'exemple d'un régime alimentaire tel que chaque repas devient une galère pour tout le monde. J'ai vécu récemment l'exemple d'une famille où la maman voulait absolument faire manger du panais. C'était son combat absolu pour l'alimentation saine. Il suffisait de lui dire qu'elle avait raison d'avoir ce souci, mais qu'une fois par semaine, elle pouvait aussi laisser son fils mettre en place lui-même le menu. En lâchant du lest, tout le monde s'est senti compris.

Mais qu'est-ce donc cette parentalité ?

La parentalité, c'est la façon dont chaque enfant va transformer ce que vous lui donnez en quelque chose d'unique. Pour le comprendre, nous allons prendre deux familles. La famille Ingalls, de *La petite maison dans la prairie*, d'un côté,



C'est en étant heureux en tant que parent qu'on donne envie à son enfant de grandir, selon Bruno Humbeeck. © DR.

la famille Simpson de l'autre. Dans la première, l'on donne un schéma éducatif pour tout le monde, car ce qui importe, c'est la famille dite moderne, avec des enfants bien élevés, qui grandissent dans des valeurs qui font que si vous corrigez vos enfants suffisamment, ils vont grandir dans ce schéma de valeurs...

Corriger ? A la ceinture ?

Dix-sept fois dans la saison un, vous verrez en effet Charles Ingalls, ce brave monsieur, chercher un martinet pour corriger notamment Laura, l'enfant qui pose problème. Tous les feuilletons deviennent fermés, car chaque fois qu'on vous présente un problème, on vous amène une solution. Dans la famille Simpson, c'est plus compliqué d'éduquer, car chaque enfant doit s'épanouir en fonction de la voie singulière qu'il a choisie. Les réponses ne sont plus des réponses toutes faites. D'ailleurs, la seule scène que vous verrez de manière répétitive, c'est celle où la famille s'installe devant la télé pour regarder... les Simpson. Et l'on y découvre que chaque fois qu'on résout un problème, on en trouve un autre. Aujourd'hui, nous sommes plutôt donc la famille Simpson que la famille Ingalls, qui sont en réalité les deux mêmes familles. Mais on voit comment, en une génération, nous

sommes passés de la parentalité à l'hyper-parentalité.

Là où cela coince, c'est lors du bulletin...

Les résultats de votre enfant sont décevants ? Voilà une inquiétude, un état d'âme tout à fait normal. Il vaut mieux l'exprimer que de le camoufler, mais il faut aussi savoir lire une note pour ce qu'elle est. Ce n'est pas une façon de classer son enfant comme on le ferait avec une fiche de paie. Avec un montant en fonction de ce qu'il mérite d'obtenir. Un bulletin, c'est plus une indication, une donnée qui va permettre d'opérer une remédiation possible.

Ce sera plus intéressant pour vous de dire à votre enfant : « Tiens, tu as 2/10 en mathématiques, cela veut dire que tu connais deux choses. On va déjà les identifier et les ranger, pour se concentrer sur les compétences qui ne sont pas installées. » On va alors lui donner des exercices pour pouvoir continuer à faire des erreurs, mais pour qu'il se trompe chaque fois un peu moins. C'est cela de la parentalité sereine. Nous ne sommes plus aujourd'hui face à des trajectoires diplômantes dans lesquelles on va pouvoir dire à son enfant : « Tu as un diplôme, tu es tranquille, tu vas pouvoir travailler. » Non, on sait tous qu'on va devoir se former toute notre vie. C'est pour cela qu'un hyper-parent doit savoir maintenant que son enfant, s'il réussit à l'école, est un enfant qui préserve son désir d'apprendre.

Et les ados qui disent : « T'inquiète, je gère » ?

La belle formule ! Ces jeunes sont en train de nous dire de lâcher prise sur la partie sur laquelle ils peuvent nous garantir qu'il n'y aura pas de dérives graves. La crise de l'adolescence est souvent la crise des parents qui se demandent ce qu'ils vont faire de leur enfant, surtout si leurs résultats nous semblent en rase-motte. Il faut pouvoir leur répondre : « OK, tu gères, mais utilise-moi comme garde-fou pour que ta gestion soit efficace. Et si tu es en difficulté, tu m'en parles. » Cela ne sert à rien de les investir d'attentes excessives. C'est encore plus vrai dans une société du déclassement dans laquelle nous vivons, dans laquelle nos enfants auront très probablement, pour huit sur dix d'entre eux, un statut inférieur au nôtre. Ce n'est pas grave du tout, car s'ils veulent le même statut, ils devront faire cinq années d'études en plus. L'enfant, lui, a besoin de parents soucieux d'eux-mêmes. Il y a quasiment en ce moment un devoir pour les parents d'être heureux, car c'est en étant heureux soi-même qu'on donne à son enfant l'envie de grandir et d'être adulte à son tour.



Hyper-parentalité : apprendre à lâcher prise pour le bien des parents et des enfants
BRUNO HUMBEECK
Editions Mardaga
144 p., 19,90 €

Une question d'équilibre

Laisser grandir les enfants en dépit des imperfections du monde, en usant à la fois de précaution, de prévenance et de sollicitude. Telle est la solution de Bruno Humbeeck. Mais comment doit-on le faire dans un monde vicié par les pandémies, la guerre, la pédocriminalité ? « Ce sont les trois chocs que la réalité fait subir au monde, qui impliquent qu'on doive faire un triple deuil de la perfection : la sienne, celle de son enfant et celle du monde », commente-t-il. « On peut même parler d'un quatrième choc avec cette idée que notre planète serait susceptible de mourir. Faire ce deuil, cela suppose de l'inquiétude partagée. Il vaut mieux dire à son enfant que le monde n'est pas parfait, qu'il t'inquiète et qu'il m'inquiète aussi, mais que si on réfléchissait ensemble sur la manière dont on peut réagir ensemble, cela nous permettrait de participer à la construction d'un monde partiellement maîtrisable. Il faut rééquilibrer l'idée d'un monde imparfait par des moments et des personnes positives. Car oui, il y a aussi des gens bien et oui, il y a des personnes qui essaient de construire la paix. L'équilibre de ces images nous permettra d'être sereins, avec cette vue stoïcienne sur ce sur quoi je peux agir, sur ce que je dois avoir le courage d'accepter et sur ce qui me donne la sagesse de discriminer l'un de l'autre. L'hyper-parentalité, c'est ainsi d'équilibrer ce souci de parentalité, en ayant des exigences qui ne sont pas excessives, notamment en termes de perfection, y compris envers soi-même. » J.-P. D.V.

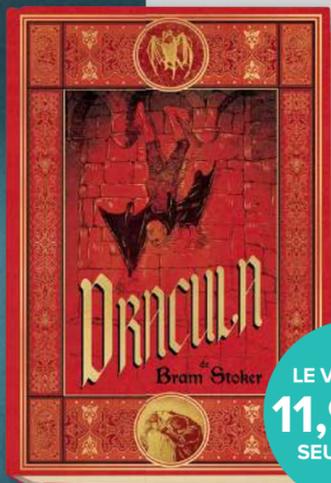
20012658

nouvelle collection

LES MAÎTRES DU FANTASTIQUE

DYSTOPIES · HORREUR · MONDES IMAGINAIRES

Cette semaine
DRACULA
Bram Stoker



LE VOLUME 4
11,99 €
SEULEMENT

Redécouvrez les classiques du fantastique dans une luxueuse collection réunissant les auteurs de génie qui ont pour la première fois repoussé les limites de l'imagination.



RBA

* En vente en librairie du 04 au 10/11.
Hors prix du journal Le Soir.
Suivant disponibilité des stocks.

Rendez-vous sur
www.lesoir.be/maitresdufantastique

LE SOIR
Repensons notre quotidien